علي بن صالح المنجي

كيف نرتقي بأنفسنا؟

مدخل إلى التغيير الشخصي وتطوير الذات



دار وحي القلم

كيف نرتقي بأنفسنا؟

مدخل إلى التغيير الشخصي وتطوير الذات

كيف نرتقي بأنفسنا؟

مدخل إلى التغييـر الشخصي وتطوير الذات

علي بن صالح المنجي

الطبعة الثانية: 1435 هـ ـ 2014م

قياس القطع: 17×24 سم

عدد الصفحات: 144

الرقم المعياري الدولي: 402-501-9933-978

دار وحي القلم

أسّسها:
سليم محمد دولة
سنة 2002م

الكتب التي تصدر عن الدار تعبّر عن آراء واجتهادات أصحابها.

هدفنا...
تعميم القراءة المفيدة وتدعيم الكتابة.
وحي القلم تستقبل تآليف الكتّاب والمفكرين المبدعين وتشجع إمكانات التفكير وفرص النشر.

دمشق ـ هاتف: 2218526 11 963+

بيروت ـ تلفاكس: 857444 1 961+

جـدة ـ تلفاكس: 6608904 2 966+

جـوال: 7065304 53 966+

جـوال: 3637580 50 966+

ص.ب: 4523 دمشق ـ سوريا

البريد الإلكتروني:

wahe_alkalam@yahoo.com

wahe_alkalam@hotmail.com

كيف نرتقي بأنفسنا؟

مدخل إلى التغيير الشخصي وتطوير الذات

تأليف

علي بن صالح المنجي

دار وحي القلم

المقدمة

الحمد لله ربِّ العلمين ﴿ٱلَّذِى عَلَّمَ بِٱلْقَلَمِ ۝ عَلَّمَ ٱلْإِنسَـٰنَ مَا لَمْ يَعْلَمْ﴾ [العلق: 4، 5]، والصلاة والسلام على الهادي الأمين المبعوث رحمةً للعالمين، النبي الكريم والسراج المنير، الذي أضاء لنا الدنيا وبدد الله به الظلمات.

أما بعد...

فهذا كتابي الذي أسميته: كيف نرتقي بأنفسنا؟ تجد فيه عصارة أفكاري وخلاصة خواطري مزجتها بكلمات تحثُّ النفس على الدفع نحو التغيير حثّاً جميلاً وتستنهض الهمم نحوه وتستجيش العواطف بقوالب مطرزة مبهجة للناظرين ـ هكذا أحسبها ـ ينقسم الكتاب إلى خمسة فصولٍ وهي:

الفصل الأول: ثورة التغيير.

الفصل الثاني: طرق التغيير المثلى.

الفصل الثالث: معوقات التغيير.

الفصل الرابع: صناعة التغيير.

الفصل الخامس: مفاتيح النجاح.

وستجد بين دفتي هذا الكتاب بعض الخواطر منثورة كاستراحة بين الفصول لا تبعد عن موضوع التغيير، هي همســات وخواطر جاشت بها النفس أردت بها أن تكون دليلاً يهتدي بها سراة المعرفة وطلاب العلم، وهي علاج لأدواء النفس البشــرية، تتدرج بها في ســلم الرقي والكمال وتسلك بها إلى معارج الملكوت، حيث الصفاء والنقاء، ولســت أزعم أنــي ابتدعت جديداً أو أتيتُ بسابقة، ولكني أحسبها لبنة في بناء هذا الفن المعرفي وإضافةً أرجو أن تلقى قبول القارئ ورضاه.

أيُّ راحة يعيشها الإنسان الذي يعيد لروحه حياتها السرمدية، يوجه بوصلته نحــو اللحاق بركــب الناجحين الذين اســتطاعوا أن يبعثوا في أنفســهم ثقة وطمأنينــة ليغيّروا من واقعهــم المرير أو من تخلفهم المــرزيء إلى العيش الهنيء، وتغلبوا على كل العوائق والمآسي وانتزعوا أنفسهم من حفر الفشل أو الاقتراب منها، فهيّا أخي القارئ تعرَّف على البصيرة التي يجتاحها كل طامع نحو التغيير من خلال هذا العمل.

هــذا الكتاب أول الغيث والدرجة الأولى في ســلم التأليف، انطلاقة نحو فضاء رحيب ذي الثوب القشــيب، من أدرك مبتغاه منه ظفر .وظفرت البشرية بفكره، وأرتجي لك أخي القارئ الكريم أن تنهل من معينه.

المؤلف

طموح

تختلــج في دواخلــي مجموعة من الأفكار ومن أهم ما يشــغلني في هذه الفترة طموح قديم جديد، ألا وهو وضع كتاب يصلح إعوجاج نفسي ويقوّمها حتــى تنال رضا الرحمن، ويكون منهجاً لحياتــي ويعين الحيارى مثلي على اتبــاع الطريق القويم الذي لا يحيد عن الحــق والصواب مهما وقفت أمامي الصعاب والعقبات والمغريات والمثبطات، بل أتخذها زاداً وخبرة تعينني على مواصلة الدرب بخطى ثابتة تتفق مع القيم الإسلامية الأصيلة، وبالفعل بدأت منذ ســنوات عديدة تزيد عن الســت ســنوات بكتابة مجموعة من الخواطر بعضهــا رأى النور وتم نشــره في المجلات أو بعــض المنتديات، فكانت لا تلبــي الطموح وتركتها، وقد تعمدت علــى إدراج بعض منها في كتابي هذا، لأنــي رأيت أن بعضها يلائم مــا طرحته من مواضيع، وخطرت لي فكرة بعد أحداث الربيع العربي التي بدأت في نهاية عام 2010م وكيف استطاعت تلك الثــورات أن تحقق بعضاً من طموحات شــعوبها المقهورة وتثور على الظلم وتطيح ببعض الأنظمة الفاســدة وتصلح من حال بعضها، فقلت في نفسي إذا كانت تلك الشــعوب اســتطاعت أن تزيل الظلم والفســاد عــن كواهلها فهل يســتطيع الفرد الغارق في ظلم نفسه وفســادها وابتعاده عن نهج خالقه وعن الفطرة السليمة وأن يبدل تخلفه عن الركب إلى التقدم؟ وهل يستطيع أن يغيّر عاداته السيئة؟

فانطلقت الفكرة التي أحسبها سديدة لأجل تأليف كتاب عن التغيير على المستوى الشخصي ليساعد على تطوير الذات. يقول عبد الكريم بكّار في هذا الشأن: «إذا ما وجدنا أمة حققت نصراً كبيراً وتقدماً متميزاً فذلك لأن كل واحد من الشريحة العظمى في تلك الأمة استطاع أن يحقق نوعاً من الغلبة على صعيده الشخصي».

قد تدور في خُلد البعض أسئلة عن سبب ربط مسمىً بهذا الحجم «الثورة» وقد عرف هذا الاسم وارتبط بالجماعة وسيجد أجوبة لكل تساؤلاته بإذنه تعالى من خلال هذا الكتاب عند سبر أغواره واكتشاف مكنوناته ولتعذرني أخي القارئ لأي تقصير أو لبسٍ وما توفيقي إلا بالله.

خاطرة

بينما يخط قلمي هذه الكلمات ينتابني شعور يفوق الوصف وأعجب منه حيث الرضا وابتسامة تعلو محياي تفيض على وجهي بُشراً وإشراقة تمد قلمي عطاءاً كبيراً وأنا أكتب عن ثورة يحتاجها كل إنسان أينما يكون موقعه أو مستواه عندما يشعر بالضيم والظلم والخمول أو الوقوع في براثن التخلف والتقهقر أو في براثن الذنوب والخطايا.

فرغم جراحات أمتنا العربية والإسلامية ثارت على الظلم والضيم وحققت مكاسب نوعية من خلال ثوراتها، فَلِمَ لا تثور أنتَ أيضاً، ما هي حجتك يوم تلاقي ربك؟ ويوم لا ينفع مال ولا بنون إلا من أتى الله بقلب سليم، فسلامة القلب تحتاج إلى ثورة، ليرى ببصيرة ثاقبة.

الفصل الأول

ثورة التغيير

ثورتي ثروتي

تكمن أهمية الثورة في تغيير واقع سيئ متخلّف وخلق أمل أفضل وتبديل البؤس والتقهقر إلىالرفاهية والتقدُّم، ومن الانحطاط والتخلف والتشـرذم إلى الوحدة والرفعة والسـمو، وتحدث الثورة أو التغييـر نتيجة لتراكمات ماضية تسـببت في تحييد المبـادئ والأخلاق عن أهدافها فتصيب الجسـد بالوهن والعجز فتتداعى عليه الأمراض والأسقام من كل حدبٍ وصوبٍ فيصبح عرضة للطمع والجشـع والنهب بسـبب بُعده وغيّه وعندما يهـوي في براثن العجز والبعـد عن جادة الحق والصواب، يعتريه ضيق وألم لا يكاد يخرج من حالة حتى تسوء حالته نحو الانجراف مرات عديدة في هاوية الضلال وما يكاد أن يقترب من بَرّ الأمان حتى يقع مرة أخرى أردى من ذي قبل.

ويعـود إليه رشـده عندما ييأس من محاولاته فيبدأ في التفكير في شـيء يحتاجه لخلاصه وانتشـاله من الغرق الذي أوقع نفسـه فيه، إنها الثورة التي تعمل علـى تغيير واقعه وترفع مـن قيمه، وتعينه على بلـوغ وجهته وتدفع بموضوعه إلى مسـار الخلاص مـن ربقة الهلاك، وصناعة هـذا التغيير تبدأ بخطوة تتبعها خطوات مرسومة الأهداف واضحة المعالم ممكنة التطبيق ليجد كل إنسـان عافيته وفلاحه ويرجع إليه رشده وصلاحه، فتغشاه السكينة وتلفه الطمأنينة وتكسـوه السعادة بأفخر حللها، كيف لا وقد انتقل من ظلامٍ دامسٍ إلى نورٍ ساطعٍ. وكل مستظلٍّ بظلال الحق رابح. أيما إنسان غلبت عليه شقوته

ولديـه وقت قبل أن يحين أجله فعليه التفكُّر في حاله وتدارك نفسـه قبل أن يصرم حبله ولا ينفع بعدها الندم على ما فرط في جنب ربه وكذلك لا ينتظر من أحد أن ينتشـله من براثن الضلال. قال الله تعالى: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا۟ مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ [الرعد: 11]. إذاً فتغييـر واقعك ينبع من نفسـك وأنت من يملك القرار.

«طريق المعالي مفروش بالأشواك لكن نهايته سعيدة وعظيمة ومثمرة»

وكل إنسان على هذه البسيطة يمتلك ثروتين عظيمتين إن أحسن استغلالهما والاستفادة منهما بطريقة صحيحة وجعل الاستفادة منهما مطلبه وهمَّه وجعلهما نُصْبَ عينيه في أيِّ موضوع يقبل عليه واعتنى بهما عناية كبيرة وحرص حرصاً شـديداً عليهما كان من الظافرين في جميع أمـوره ألا أنهما: الوقت والطاقة، سوف أتحدث عن أهمية هاتين الثروتين في الفصل الرابع بشيء من التفصيل.

ما هي الثورة:

عندما تتبعثر أوراقك وتحاول لملمتها وما أن تبدأ حتى تتفاجأ برياح زعازع تهـب عليها تزيد من معاناتك فتصاب بحالة إحباط شـديدة عندها تتجه إلى بواطن نفسك لتقف على أسباب هذا التبعثر وهل لك مخرج منه وتعلم يقيناً بأنك سـبب هذا التبعثر وتقصيرك مرجعه لطاعة الهـوى والتمادي والركض خلف السـراب والبعد عن جادة الصواب، بعدها تفكر في السبيل أو الطريقة التي تعيد إليك أوراقك وتقودك فطرتك السليمة التي جبلت عليها، إنه طريق الهداية والعودة إلى الله تعالى ولتسـلك هذا الطريق تحتاج إلى تغيير وجهتك السـابقة، وللثبات عليه يجب عليك أن تنفض غبار التمادي في الغي وتزيح

عـــن عينيك الغَبش وتزيل غشـــاوة الباطـــل حتى ترى ببصيـــرة ثاقبة، عندها ستتمكن من التغلب على كل العوائق التي تقف في طريقك وتتجاوزها بثبات يملأه اليقين في ربِّ العالمين، حيث يقول ســبحانه تعالى في ســورة الرعد: ﴿إِنَّ ٱللَّهَ لَا يُغَيِّرُ مَا بِقَوْمٍ حَتَّىٰ يُغَيِّرُوا۟ مَا بِأَنفُسِهِمْ﴾ [الرعـد، 11] صـدق الله العظيم.

نستنتج من هذه الآية الكريمة (أن التغيير لا يحدث وحده بل لا بد له مـــن فعل) وهذا الفعل منوط بك أنت لا بغيرك لأنك تملك القناعة التامة حول نفســك وتعرف دواخلها أكثر من غيرك، وحين تعلم بما وقعت فيه مـــن تخلُّف عن الحق والصواب وتتفحص الأســباب التي أردت بك في هـــذا المأزق، عندها فقـــط كل ما عليك فعله هو دفـــع عجلة التغيير إلى الأمـــام مع الحرص على عـــدم الاصطدام بأي عائق أو أي ســـالك على طريقـــك، وامتلاك خارطة طريق تقيـــك التيه أو الضياع ولتســـهل عليك الوصول إلى بر الأمان بأقل جهد ممكن وبنتائج باهرة وبعدها ستترســـخ لديك خبرة عظيمة بمسالك وطرق التغيير ستنير الطريق وتكون منارة لمن حولـــك يهتدي بها التائهين فيا لها من مكرمة تشـــرفت بها فهل بعد هذا الخير تؤخـــر الإقدام وتؤثر الركون والســـكون في دائـــرة الخطر وتتمنى الأماني دون أن تُحَرِّك الســـواكن فما أشبهك بمن يطلب النجاة ولا يعمد إلى المحاولة.

إن جوهـــر التغيير الذي يطلبه كل طامح يتمحور حول فكرة معينة: هي أن مناط التغيير بيد طالبه متى ما أراد ذلك عليه أن يبحث عن طرق توصّله نحو مراده وتعيـــده إلى جادة الصواب وهنا تبرز الحاجة إلى معرفة كيف تتم هذه العمليـــة وفق الفطرة والمنهج القويـــم وتنقية عملية التغيير من ذلك النكوص

والتشـــتت والتشـــبث بما يمتلك من مقوّمات والأخذ بالأســـاليب والأسباب النافعة في كل مناح التغيير ليستطيع بعد ذلك أن يطوّر ذاته.

لتغيير واقعك يجب أن تغيّر:

أ. طريقـــة التفكيـــر: الواقع الذي أنت فيه الآن هو نتـــاج تفكير الأمس وإذا ما أردت تغييره فعليك أن تبدأ من هذه اللحظة التي تقرأ فيها هذه الكلمات وباتباع طرق تفكير متزنة تتماشـــى مع تطلعاتك وأمالك وتنســـجم مع معطيات المحيط الذي تعيش فيه، يقول وليم جيمس: (إن أعظم اكتشـــافات جيلي هو أن الإنســـان قادر بكل بساطة على تغيير حياته عبر تغيير طريقة تفكيره) وكذلك يقول د. أحمد حجـــازي: (من يتعلم كيف يراقب ويضبط فكره يتعلم كيف يســـيطر على مصيره) وتغييـــر طريقة التفكيـــر ليس بالأمر الصعب الممتنع بل فيه من الســـهولة بما لا يخفى على كل عاقل فطن، فقط أولاً راقب ثم تمعن ثم تفكر في الطريقة الصائبة بعـــد أن تتيقن وتُقرُّ بأن طريقة تفكيرك الســـابقة على خطأ ويجب عليك تغييرها وكل شخص قادر على أن يغير طريقة التفكير لديه لتجنب التقوقع مكانه فمن لا يستطيع ذلك فلن يتحرك من منطقة الخطر حيث سيدفن نفسه فيها. قال الفيلسوف الرومانـــي الذي حكم الإمبراطورية الرومانيـــة: (إن حياتنا من صنع أفكارنا) وعن خطر الأفكار الخاطئة على العقل حذّرنا أحد الفلاســـفة منذ أكثر من تســـعة عشر قرناً قائلاً: (إن إزالة الأفكار الخاطئة من العقل أجدر بكثير من إزالة أورام الجسم).

لماذا تغيّر طريقة التفكير؟

لتسمو إلى أفاق أرحب وتحقق طموحاتك التي تأمل تحقيقها يجب عليك أن تغير من طريقة تفكيرك لتتواءم مع تطلعاتك وتنســـجم مع المعطيات التي

ستحصل عليها من وراء هذا التغيير، وهذا يتطلب بذل جهود مضنية مع الإيمان التام والقناعة المترسخة بأهمية التغيير في طريقة التفكير المناسبة لكل مرحلة من حياتك. حيث إن الأفكار الخبيثة لا تنبت إلّا خبثاً وسحتاً والأفكار المعوجة لا تنسجم مع الفطرة لذا يجب عليك أن تبحث عن وثيقة تدمغ بها حظوظك لتحصل على أسمى أهدافك وأجلّها ولا سبيل إلى ذلك إلا بالبحث عن طرق جديدة للتفكير الرزين الرازح عن انحطاط الفكر، الذي ستقوّم به كل اعوجاج وتسلم النفس من غوائل الخبث.

إنَّ اضمحلال الفكر يؤدي إلى الجمود وطريقة العيش الحاليَّة التي تعاني منها نتيجة حتمية لعدم الإبداع الفكري والتجديد في حياتك، إن التفكير المتزن يدفع بعجلة الحياة نحو التقدم للأفضل، بل ويوازن بين مطالب الروح والجسد التي هي أهم ما يشبع رغبات الإنسان المتعددة، وعندما تُلبّى مطالب الروح يحيي المرء حياة كريمة لا تكدرها الرغبات الجسدية حيث أنّ اللهث وراءها خسار وفناء للحياة الطيبة. كيف لا ونحن نرى أمام ناظرينا الحضارة الغربية التي قامت على أساس تلبية المطالب الجسدية الزائلة بشتى الطرق، وفرطت في المطالب الروحية تفريطاً شنيعاً.

عندما يتأصل لديك اعتقاد بأن تفكيرك لم يعد عليك بشيء جديد يحرك مسار حياتك نحو الرقي والتقدم، عليك أن تناضل من أجل تحرير نفسك من قيود ذلك التفكير ثم يأتي بعد ذلك إتباع منهج جديد للتفكير ومن الجيد أن تتسلح بالمعرفة التي تعينك على سبر أغوار طرق تفكير الناجحين فالمعرفة هي الزاد الذي يساعدك على بلوغ غاياتك وقد يكون من الجيّد تغيير المكان الذي تفكر فيه، انطلق بفكرك نحو سماء الإبداع وازرع في نفسك الثقة والتفاؤل بنجاحك وأن ما تقوم به من جهد في تغيير طرق

تفكيرك سيصبح واقعاً تجني ثماره الطيبة بعد حين وأن هذه الثمار تحتاج إلى وقت ورعاية.

والوصول بسفن نجاتك إلى بر الأمان ينبع من الرغبة الصادقة في الحصول على أروع النتائج من الفكر المستنير ببواعث الأمل، والتفاؤل بغَدٍ مشرق يستحق العناء والجهد لا بتقليد أفكار الآخرين ونسج الخيالات الزائفة عليها وطلب الأماني والسهر عليها، بل كن نسيجاً مستقلاً يأخذ كل ما يصلح له في إكمال رحلة الحياة بالوجهة التي ينبغي أن يصل فيها كما تأمره الشرائع السماوية.

طرق التفكير المتزنة يترتب عليها الكثير من الخير، فهي السراج الذي ينير طريقنا وعلى عاتقها يقع مصيرنا، ولنملأ حياتنا بهجة ونضجاً وحباً سرمدياً علينا أن نلتزم في تحقيق هذه الغاية الكريمة ونجعل من حياتنا أفكاراً نسعى لتحقيقها.

ارسم لنفسك خطة يومية تلتزم بها ولو لمدة عشر دقائق تخلو بنفسك لتفكر في مواضيعك اليومية وطريقة سيرها، تتطور لاحقاً لتأخذ وقتاً أكثر لتصبح عادة حميدة. التفكير وحده من يستطيع أن يبدد كل قناعة بليدة ويصحح مفاهيم خاطئة عن أنفسنا أو الآخرين. خاصة مع رسوخها في العقل. إن لتخصيص الوقت الكافي للتفكير بُعْدٌ استراتيجي للنجاح في التغيير والحياة بشكلٍ عام.

لاحظ:

لاحظ ما يدور حولك وزِن الأمور بمقياس الفكر النيّر، استمع إلى صوت العقل والحكمة بداخلك وانظر ماذا حققت من أهداف وهل تتوافق وفق ما

خططت له أم انحرف سـير تفكيرك؟ أم هل توقف عند حاجز ما؟ أم تعثرت خطاك بواقع مرير بالبيئة المحيطة بك؟

لاحظ كل الجوانب التي تؤثر على تفكيرك ومدى قدرتك على موازنة الأمور الشخصية بالأمور الإنسـانية التي ترغب في تحقيقها فكلما ارتقيت بفكرك عن الدنايـا وابتعدت عن الانغلاق والتشـبث بعوالق لا قيمة لها سـما فكرك نحو التحرر من هيمنة المحيط إلى رجاحة الرأي وقبول الآخر رغم نقائصه.

مـن يتملك روحاً ثورية يـرى الباطل في جوانب حياته فيسـتأصله ويبيده ويرسم لنفسه طريقاً ومسلكاً يلزمه ويزداد حباً لما يقوم به كلما واجهته تحديات.

لماذا يجب علينا تغيير أفكارنا؟

عندما يدور الإنسـان في نفس الحلقات الفرغة فيقعد حبيس أفكاره ويرى بـأن تفكيره لا يجلب عليه المنفعة وأكثر العقبات الكأداء التي يجب تغييرها والتغلـب عليها عقـدة النقص التي تلازم الشـخص طـوال حياته مثل عدم الحصول على تعليم جيد أو عدم الحصول على نسـبة تدخله مؤسسة تعليمية ما، فتؤثر مثل هذه العقدة على مسـار حياته وتتصادم مع مستقبله فيعيش في صراع بين ماضيه وحاضره وبعدها يكثر من الشـكوى والتباكي على ما فات فتسيطر على تفكيره.

كيف تغيّر طريقة تفكيرك؟

الحياة فكرة فلا تحرم نفسـك منها وتعيـش على الهامش والإيمان بهذه الفكرة سـر نجاحها، فعندما تعجبك فكرة ما اسـتمر فـي دفعها إلى الأمام

وهيئ لها المناخ الملائم الذي تستطيع من خلاله الحياة والنمو ومن ثم ابحث عن أفضل الطرق التي تحقق بها النجاح فقط ثابر ولا تستسلم فإن واجهتك عراقيل فهذا أمر طبيعي فأي عمل إن لم تواجهه الصعاب فليس له قيمة.

لا تكتم الفكرة اطرحها أو ناقشها مع من تثق به والأهم من ذلك دوِّنها لعلك ترجع إليها فيما بعد.

أطلق لتفكيرك العنان حتى يتسنى لك معرفة طرق عديدة لحل كل معضلة تواجهك، وتجرد عن الطوق الذي تلزمه نفسك وحطم السياج الذي تفرضه عليك البيئة المحيطة، والتزم بتدوين كل فكرة جديدة لعلك تعود إليها مستقبلاً، وانظر إلى المشكلة من عدة زوايا فلديك المقدرة التي تؤهلك للفوز، أنا هنا أتحدث عن التغيير في التفكير وهدم حصون التقوقع التي أوقعت نفسك فيها فكلما كان لديك الإصرار والعزيمة وهيّأت نفسك مع التخطيط والمعرفة التي يجب أن تتسلح بها كلما كان النجاح حليفك.

ركّز ثم انطلق إلى جو المعركة الحاسمة التي ستنير الدرب أمامك لتحقيق مرادك من التغيير.

أيها السراج المنير كم ستبدد من عتمة كلما زاد وهجك في الليالي الحالكة وكم ستنير الدروب لغيرك من السالكين نحو التغيير، لذا وحتى لا يخفت وهجك، قاوم الرياح الزعازع التي تريد إطفاء وهجك ونورك ولا تأبه بمن يريد إثناء عزائمك ومسارك أنت من تحدده وأنت من يمشي فيه بعد أن تغيّر طريقة تفكيرك ستتعلم المهارات اللازمة لتطوير ذاتك، فالتفكير المتزن منهاج الناجحين.

رحلة:

انطلقت الرحلة من ميناء العقل محملة بأفكار ورؤى عديدة تجعل كل مسافر علــى متنها، تتدفق مشــاعره وتتناغم مع كل خطوة يخطوهــا وتتدافع الأفكار للثبات في المقدمة، هي ليست في سباق، لكن الشوق إلى لحظات العناق لها ما يميزهــا، فقلةٌ قليلةٌ منها من يحظى بذلك العنــاق. أليس من الضروري أن نقف كل لحظة مع أي فكرة تأتي إلينا عبر عقولنا لنفحصها ونمحصها ونوازن بينها وبين مقدرتنا على بلورتها إلى واقع ملموس، حتى لا تضيع علينا سدى، وندونها في سجل خاص علّنا نرجع إليها في وقت نحتاجها، إن أكثر ما يضيّع علينــا هذه الأفكار هو عدم العناية بتدوينها، فمتى ما أردت النجاح في حياتك دون أفكارك واعتني بها، فرب فكرة أصبحت مشــروعاً إنســانياً تكون فكرتك أسها، فمعظم الأعمال الناجحة بدأت بفكرة دوَّنها أصحابها واعتنوا بها.

دوّن ما تســتطيع من أفكار ولا تتردد في ذلــك ولا تنظر إلى الفكرة قبل تدوينهــا على أنها غيــر قابلة للتنفيذ أو أنها لا تصلــح، في المرحلة الأولى دونهــا فقط، فربما تعود إليهــا وربما تربطها مع أفكار أخــرى أو أنها قابلة للتنفيذ بعد فترة من الزمن.

الحياة رحلة كفاح تحتاج إلى مثابرة يجب أن تســتعد لها وتُعدَّ العدّة التي تحتاجها، وهذه الرحلة قصيرة فلا تُقَصِّرها أكثر بالنكد وطلب الأماني الزائفة. لذا يجب أن تحاول بوعي وإرادة وإدراك، اســتخدم أقصى إمكاناتك لتَسْــعد أكثر، لا تبدد طاقاتك فيما لا طائل منه.

إن الأفــكار مثل الطيور المهاجرة تبحث عن مــكان آمن تتأقلم فيه ريثما تكــون الظروف ملائمة في موطنها وإما أن تعود إلى موطنها ســالمة أو تفقد

حياتها خلال هذه الرحلة، لذا حاول صيدها والاستفادة منها فربما لا تعود، في هذه الرحلة إبحث عن ذاتك.

تأمل ذاتك العظمى وفَتِّشْ   بين جنبيها عن الأسمى من التغيير

يجب أن تغيّر كلماتك:

للكلمة دور خطير في حياة الإنسان حيث أنها تسيطر عليه ويصبح أسيراً لها، فالكلمات السلبية لا يُبنى عليها واقعاً حسناً بل واقعاً تشوبه انحرافات وانسداد في الأفق ورتابة مقيتة وضحالة في الفكر وسموم قاتلة، فمن حديث الإنسان يُعرف مستوى طموحه ومستوى احترامه ورؤيته للحياة وإلى أي مستوى وصل من التفكير الإيجابي والسلبي ومن خلال الكلمة تبث إشاعة عن شخص أو شركة أو حكومة أو دولة أن تتضرر ضرراً كبيراً، ومن خلال الكلمة السيئة يسقط المرء في براثن الكفر وفي قعر جهنم وبئس المصير، ومن خلال الكلمة يكون المرء في أعالي الجنان، ما يهمنا في هذا الموضوع الكلمات التي يتحدث بها المرء عن نفسه، في جميع النواحي ونوعية الكلمات التي يستخدمها وهل هو متشائم أم متفائل؟

نستطيع أن نحكم على أي شخص نتحدث معه من خلال كلماته منذ الوهلة الأولى، نعلم من خلالها مدى الرضا عن نفسه وعن محيطه. وكذلك فحش الكلام له تأثير خطير على المستوى الشخصي أو على المجتمع برمته، فعلى سبيل المثال الغيبة التي تُحَطِّم عُرى المحبة وتثير الفرقة وتحدث فتن لا حصر لها وتقضي على الكثير من الوشائج بين الناس وتبعث على القلق بين أفراد المجتمع.

عندما تستطيع أن تغيّر كلماتك السلبية التي تتحدث بها عن نفسك ستحصد الرضا التام، وهذا الرضا سيحوّل هذه الكلمات إلى طاقة إيجابية، بعدها ستتولد لديك قناعات عظيمة حول الطاقات التي تمتلكها. وهذه الطاقات ستكون خير عون ومدد، هي روح الحياة وعصبها، وهي الدوافع التي تدير طواحين الحياة نحو التقدم والعطاء، كل هذا الخير بتغيير الكلمات فقط، يقول الله سبحانه وتعالى: ﴿أَلَمْ تَرَ كَيْفَ ضَرَبَ ٱللَّهُ مَثَلًا كَلِمَةً طَيِّبَةً كَشَجَرَةٍ طَيِّبَةٍ أَصْلُهَا ثَابِتٌ وَفَرْعُهَا فِى ٱلسَّمَآءِ ۞ تُؤْتِىٓ أُكُلَهَا كُلَّ حِينٍۭ بِإِذْنِ رَبِّهَا ۗ وَيَضْرِبُ ٱللَّهُ ٱلْأَمْثَالَ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَذَكَّرُونَ ۞ وَمَثَلُ كَلِمَةٍ خَبِيثَةٍ كَشَجَرَةٍ خَبِيثَةٍ ٱجْتُثَّتْ مِن فَوْقِ ٱلْأَرْضِ مَا لَهَا مِن قَرَارٍ﴾ [إبراهيم: 24 ـ 26] صدق الله العظيم.

ما أجمل أن نعيش تحت عباءة الكلمة الطيبة وما أطهرها من طاعة تحيا في كنفها ما تبقى من عمرك، ارسم لنفسك الطرق التي تستطيع من خلالها الوصول إلى هذا الخير، لتعيش في أفيائها الخضرة النضرة وسترى النور يسكن دواخلك، واحذر أن تنمو أفكارك تحت ظلال الكلمة الخبيثة، حتى لا يضيع عليك استقرارك على الأرض والقرار بيدك أنت وحدك، فأنت حيث تضع نفسك ستجدها وستجني ثمارها.

للكلمة سحر عظيم وتأثير مبهر على حياة الفرد والمجتمع، حيث أنها تُلبس الإنسان حلل الجمال وتكسوه بثياب العطاء وتزرع فيه الثقة والطمأنينة وتشحذ الهمم وترسخ معاني الخير وتسمو بالإنسان فوق كل عائق وتبدد غيوم الشر وعلى النقيض من ذلك فإنها تهدم شوامخ المجد وتبني مكانها بؤر الفساد، تحط بالقيم وتنسف بالأخلاق بدائرة الطيش والزلل. فكل امرؤ يُعرف بمنطوقه.

إن مجرد الحديث عن نفسك بكلمات محبطة تصبح أسيراً لها وتكون بعد مـدة قصيرة عقبة أمام تقدمك نحو التغيير لـذا تخلص من كل كلمة محبطة ترددهـا من الآن وصاعداً إذا أردت النجـاح والفلاح، وحتى تنجح يجب أن تسـتبدل كل كلمة محبطة بأخرى مشجعة ومحفزة، لأنها تعمل على إعطائك الشـحنة المعنوية لبلوغ غاياتك، وكذلك يجـب أن تغيّر من حديثك مع من حولك مثل أبنائك أو إخوانك ومع من تتعامل في حياتك اليومية لتنير درب الصلاح في نفسـك وفي نفوسهم، إذاً عوّد لسـانك على الكلمات الإيجابية بشكلٍ يومي.

إن التغيير لا يحقق أهدافه في هذا الجانب إلا بتوفر الإرادة التامة بأنك تسـتيطع القيام بهذه المهمة الحساسـة لتبعث روح الحيـاة الحقيقية التي تتمناهـا ولتتعلم هذه العادة الطيبة مرّن لسـانك على ذكـر القدرات التي تمتلكها وعلى التحدث بإيجابية عن نفسـك وعن من حولك (اللسـان آفة الإنسـان) ويتأتى ذلك بالدربة والابتعاد عـن فحش الكلام وفيحه وتجنب أماكن المثبطين.

من رحيق الكلمات نجني شـهد العلاقات المتينة ونبني أعظم الإنجازات، تترسخ بعض الكلمات في أذهاننا دهوراً مديدة أكانت تلك الكلمات سلبية أم إيجابيـة ولها تأثير عميق في حياتنا اليومية معها تكبر أحلامنا أو تتخندق في دواخلنا بعض الكلمات السـلبية ونكون أسرى لها بسـبب عدم قدرتنا على تجاوزها، لذلك ابتعدوا عن كل كلمة سلبية واستبدلوها بأخرى إيجابية خاصة أمام صغارنا. فكم من كلمة أحيت همة وأعلت أمة وبثت الطمأنينة في سامعيها وعلـى النقيض كم من كلمة أفنت أمة وبثـت فيها الرعب والخوف وجعلتها منهزمة أمام أعدائها.

المرء مخبوء تحت لســانه، حكمة قالها العرب قديماً لها دلالات عظيمة تظهر مدى قدرة الســامع على تمييز الإنســان من خلال كلماته ومن خلال منطوقــه يكشــف عن معدنه، ودليل هــذه الكلمة على مــدى نضج الناطق وعقليته التي يتحدث بها ســواء عن نفســه أو الواقع الذي يعيشه ومجتمعه الذي ينتمي إليه.

قال المتنبي:

جراحــات السِــنان لهــا التئــامُ ولا يلتــام مــا جــرح اللســان

وقال أبو نواس:

ربما استفتحت بالمزح مغاليق الحِمام إنما الســالم من ألجم فــاه بلجامِ

وقال شاعر آخر:

إذا مــا لســان المرء أكثــر هذره فــذاك لســان بالبــلاء مــوكل
إذا شــئت أن تحيا عزيزاً ســالماً فــدبــر مــا تــقــول وتــفــعــل

كن مفعماً بالحماس ولا تزكن لكلام من حولك، بث حماســك وتفاؤلك مــن خلال حديثــك إليهم وجه كلماتك عن نفســك بإيجابيــة وتخلص من الكلمات السلبية التي تثني العزائم، إن للكلمة الطيبة أثر كبير في شحذ الهمم وبها يأنس المــرء فيُحَطِّم قيود التردد وينطلق نحو الفوز بالتغيير بنفسٍ تواقة فالكلمة الطيبة وقود النفس نحو الفلاح.

يصــاب الفتــى من عثرة بلســانه وليس يصــاب من عثــرة الرجْل
فعثرتــه بالقــول تذهــب رأســه وعثرتــه بالرِّجل تبــرأ على مهل!

(ابن السكيت)

كم من كلمةٍ أشعلت في أنفسنا حماساً وزادتنا يقيناً وقدراتنا فزاد معها التسابق نحو تحقيق أهدافنا. وعلى النقيض كم من كلمة سمعناها أو نطقنا بها حطمت طموحاتنا وأبعدتنا عنها وربما أصابتنا بالوهن والضعف والعيش في محيط تأثيرها حيناً من الدهر، لذلك لا تقلل من أهمية الكلمة فهي الطاقة المتوهجة.

خُسران:

هل رأيتم شخصاً يدهم بنيانه رغم تعبه وشقائه وتعلية صرحه وتنميقه يسعى لجعله أجمل وأفضل صرح بل لا يرضى أحد أن يضاهيه في شكله وارتفاعه، لكن بنيانه ما أن يكتمل حتى يتسبب في هدمه بمعوله، عن قصد وسبق وإصرار ومكابرة، وعندما يتداعى الصرح للسقوط يتأثر من حوله بأذاه الذي يلحق بهم، من جراء ذلك السقوط، وكل أذى أصابهم يكون في صالحهم مستقبلاً، لكن تأثيره كان قبل السقوط أشنع، حيث يسعى جاهداً إلى بث الفتنة والخبث من خلال الكلام الذي يتحدث به عن رفاقه، ومن يلاقيه من الناس، إنها الغيبة التي ما انتشرت في مجتمع حتى فسدت الروابط والأواصر وحلت محلها البغضاء والشحناء، ومن خلالها يخسر صاحبها كل خير قدمه لصالح من اغتابه، حتى يفنى رصيده وتضاف عليه بعدها من ذنوب صاحبه فهل بعد هذا من خسران؟

يجب أن تغيّر عاداتك:

أما آن الأوان أن تعيد أوراقك المتبعثرة، أما آن الأوان أن تغيّر سلوكياتك وعاداتك السلبية وتستبدلها بأخرى إيجابية؟ إلى متى ستكون أسيراً لها؟

فكّر وتفكّر في النتائج التي ستجنيها من وراء ذلك، والقرار بيدك أنت، إنني أناديك من أعماق قلبي أن تشنف سمعك لصوت عقلك ولصوت ضميرك الحي، فكم من شخص حولك سعد، عندما مكّن نفسه من الإصغاء لهذه الأصوات، فشاهدوا الأمور ببصيرتهم لا بأبصارهم، بعدها كسروا قيود الأسر منطلقين نحو إشراقة الحرية، يتفيؤن تحت ظلال الطمأنينة تغمرهم السعادة وتملأ قلوبهم المحبة وتفيض أرواحهم عشقاً للخير وأهله، يواصلون العمل ليل نهار حتى ينالوا رضا الرحمن.

إن هذه الإشراقة تحتاج إلى جهد ومجاهدة وصبر ومصابرة، لأن اكتساب العادة أخذ وقتاً يصعب على النفس التفريط فيها، بسبب تغلغلها في دواخل الإنسان وتغييرها يحتاج إلى وقت وجهد أكبر.

فهيا يا أخي نسلك طريق التغيير لتغنم الخير العميم، فأنت تستطيع أن تظفر بهذا المغنم، لتقضي ما تبقى لك في هذه الحياة بروح جديدة، تُشعل من خلالها قناديل العطاء بلا توقف، لتصعد إلى سوامق المجد وتغسل نفسك من غبار التخلف وتلحق بما فاتك من خير.

إن النفس في بادئ الأمر تأنف للانصياع لرغبة تغيير أي عادة لدينا وتلقى هذه المحاولة مقاومة شرسة، وهذه الصدمة لها ما يبررها، حيث أن النفس قد اعتادت هذه العادة وصارت جزءًا منها، ومع الصمود على مواجهتها وعدم النكوص عن هذا المطلب، تنغلق على النفس منافذ التردد والتشكك، ومن أهم الطرق التي تعيننا على مواجهة أخطار تحكم العادات فينا ما يلي:

1 ـ اجتناب الأماكن التي نقوم فيها بتلك العادة سواء كانت معنوية كالغيبة أو مادية كالتدخين.

2 ـ الابتعاد عن أماكن المثبطين.

3 ـ تعويد النفس على عدم التردد بل تعويدها على الإقدام.

4 ـ تجريد الذات من الأنانية والمساهمة في ارتقاء نفسك ومشاركة من حولك النجاحات التي حققتها والاستفادة منهم في تقويم نفسك ومعرفة نقاط الضعف والقوة.

5 ـ الصبر والمجاهدة على العادات السيئة والمثابرة على اكتساب عادات حسنة بدل منها.

6 ـ النظر في سير الناجحين.

7 ـ أخذ الدروس والعبر من تجارب المخفقين في مقاومة العادات.

8 ـ تبديد المخاوف والقلق تجاه كل أمر يصادفك والعمل على إذكاء روح التفاؤل.

9 ـ الارتقاء إلى الأفضل في كل مناح الحياة خاصة العلاقات الاجتماعية والأسرية والبحث عن حلول جذرية لكل مشكلة تواجهك.

10 ـ استغلال أوقات الفراغ الاستغلال الأمثل كالتطوع في خدمة المجتمع.

يقول الإمام علي بن أبي طالب كرّم الله وجهه: «يا أيها الناس تولوا من أنفسكم تأديبها واعدلوا بها ضراوة عادتها».

ولتصل إلى مراميك من التغيير وحتى تحصل على الخير العميم يجب عليك أن تُخَلِّص نفسك من اللهث وراء شيء تعلم يقيناً أنك زائل عنه لا محالة، فتفقد قنطرة وُضعت لإيصالك إلى بر الأمان، وتهدم جسوراً تعبر عليها لدار القرار، أبعد هذا الخسران خسران، يا ويح نفسٍ علمت بهذا وتمادت في

الطغيان، بل طلبت الذي هو أدنى بالذي هو خير فغشـيها الخذلان، فقد فاز من جعلها في كفه لا في قلبه.

إن الناظـر لحال الدنيا ببصيرته ليجد فيها الشـيء العجاب، سـرعة في انقضاء الآجال وانصرام الأعمار، فهل لنا أن نظلم أنفسـنا ونحرمها من خير لا يفنى وندور في حلقات فارغة ليس بها إلا الشـقاء الدائم ونظل أسـرى لعاداتنا.

إن ضـراوة العادة لها علـى النفس وقع خطير حيث تكـون قاصمة لظهر الإنسـان أسـيراً لها، فمهما حاول التخلص منها عـاد إليها وقد تكون عودته أردى من السـابق، لذا يجب التنبه لها واليقظة من أخطارها. وأنت ترى أمام ناظريـك واقع الحياة اليومي من يحاول جاهداً لتغيير عادة لديه أثقلت كاهله وأوهنت عزائمه، وما أن يسـلك المسلك الصحيح ينكص على عقبيه ويكون نكوصه أردى وأشنع عن ذي قبل.

إن التحرر من العادات السـيئة يعيد للإنسـان حياته الطيبة وتسكن روعه ويهنأ عيشـه وتصفـو حياته، فينبعث فـي الأفق نوره وضيـاءه، يكون منارة للسـالكين وملاذاً للتائهين، ترنو إليه الأعين وتغبطـه القلوب تحاول بعضها السير على خطاه أما الأخرى فتعمد إلى إيقاف مبتغاه ولكن هيهات هيهات أن تثني عزائمه.

إن الانعتـاق من هيمنة العادات السـيئة يحتـاج رويـة وترّوي وفكر وتفكّر لأن مسببات العادة السيئة كثيرة ومثيرة، تتغلغل في دواخـل الـنفس حتى تشـبعها فسـاداً وتيهاً، وتترصد بعد ذلك لـكل محاولة إصلاح أو تغيير بسبب تشبث النفس وتمسُّكها في تلك العـادة ولأن رسوخ المعتـقد

أخـــذ وقتـه فمن الصعوبة بمكان أن نغيرها في لحظة واحدة ونســتبدلها بعادات حميدة حســنة، وســلاحنا في هذا الأمر الصبــر والمجاهدة وعدم التردد.

إن التطوير في الذات لا يتحقق إلا إذا رسخ في قرارة النفس أولاً بأهميته وســيطر على أحاسيس وتفكير طالب التغيير وأن أقوى شخص على الإطلاق هو من يملك زمام لا من تقوده نفسه نحو المهالك قوداً حثيثاً دون أن يلجمها، وأن التغيير مسلك نحو الرشاد إذا أحسن إدارته.

تتدفــق مشــاعر من يبدأ بالتغييــر تدفقاً عجيباً كلما اســتطاع تخطي عقبه شحذت همته نحو التقدم في عملية التغيير بروح متفائلة مبتهجة بما حصلت وتتطلع للمزيد لتحقق ما ترغب من تطوير.

خاطرة: عبادة

إن تأديــة العبادة في الســر تعنيك على تأديتها في العلن وتشــعرك بلذة عظيمة، وتبعد عنك الرياء، وتشــغلك بنوعية العبادة، فتكثر من حب الخير وتبغض الشــر وتتقيه، فاحرص على مداومتها ما استطعت، لأن كل أمر يبدأ في السر ويكثر يسهُل تأديته في العلن بصورة حسنة، وأصدقُ مثال لذلك أن الدعوة النبوية الشريفة بدأت سرية حتى تهيأ لها المناخ الملائم، لأن النفس البشــرية عندما تألف أمراً فمن الصعب أن تتركه، فلا بد من تدرج حتى لا تســأم وتمل، ولا تتشــرب وتتقبل إلا بالمداومة والإكثــار والتكرار ولذلك كانت صدقة الســر أعظم مــن صدقة العلن، لأنها تؤمّــن النفس وتقيها من الرياء.

وإذا أردت معرفـة ذلـك فعليك بصلاة القيام والناسُ نيام، فسترى النور يسري إلى نفسك، وتشعر بروعة وعظمة الصلاة، وإذا أردت تغيير عادة سيئة مذمومة فالزم تأديتها لتحصل على أكبر دليل، وإذ شغلك أمر أو أحزنك فأكثر وداوم عليها ما استطعت إلى ذلك سبيلاً، فستحصل على الجواب الكافي والدواء الشافي من الله المعافي.

إنها تغسل النفس من الخبث وأدران النفاق فتحقق بين العقل والجسد الوفاق، فشارك في أعظم سباق، وكن للخير سبّاق، ولذلك من العشاق، واحمل نفسك وصبّرها وجاهدها لتأتي يوم العرض الأكبر منتصرة، فالدنيا فانية والآخرة باقية.

إن انشراح الصدر وبهجة النفس لا يتأتى ولا بالخضوع والخشوع، وصلاة القيام تؤدّبك وتعينك على ذلك والله من وراء القصد.

دواعي التغيير:

يمضي بنا قطار الحياة مسرعاً لا يتوقف أبداً يحملنا إلى وجهات عديدة، يسقط من يسقط عنه يجابه بعدها مصيره على حسب إلتزامه أثناء ركوبه على متن هذا القطار ويختلف مكان ركوبه على حسب المكانة التي تناسبه ومدى قدرة تحمله لتلك الدرجة التي حظي بها، فمن حزم أمتعته بوثاق الحق سلم وغنم ومن حزم أمتعته بغيره هوى في مكانٍ سحيقٍ، وميزة هذا القطار أن من تبعثرت عليه أمتعته وهو يخوض معمعة الجلوس على مقعده، إنه من الصعوبة لملمت تلك الأمتعة لأنها تحتاج إلى عناية خاصة ومعرفة متمكنة بحيثيات التبعثر التي سقطت عليها الأمتعة، ذلك أن المؤمن الحق

الذي يســتطيع أن يحزم أمتعته بوثاق الخالق الذي ميّز عباده الصالحين في نهاية رحلة الحياة التي توزعت إلى فريقين لا ثالث لهما فريق الجنة وفريق النــار وبئس المصير. هذه الرحلة محفوفــة بالمخاطر من يصبر على الأذى والنصب الذي يلحق به ويخطط لنفسه عند ركوبه على متنها خطة تمنعه من الوقوع أو الانجرار خلف الســراب والبعد عن أماكن السقوط يسلم ويغنم، فصفاء الضمير وسيادته لا يباعان بملء الأرض ذهباً. ولا تكن ممن نكصت أنفســهم عن الحق. ومن ثَمّ تريد النجاة بــدون عمل وإخلاص فيه وتتمنى الأماني الزائفة فأي فلاح هذا الذي ترتجيه وأنت مستكين قابع تحت ظلال الضلال.

عندما لا نتقبل أي تغيير فذلك مرده إلى التراكمات السابقة وعدم المبادرة إلى تغيير المسار وتوجيهه إلى وجهته الحقيقية في حينه، فالشعور بعدم الرضا النفسي عن مســار الحياة أمر يختلج كل إنسان ولكن بدرجات متفاوتة وفي أوقات معينة فالضغوط الناتجة لدى كل منا تســتدعي التغيير في نمط العيش وتَقَبُّل الآخريــن رغم زلاتهم والحياة كفاح، وهــذا الكفاح يحتاج إلى ثمن، وثمنه باهظ جداً حيث أن النفس أكبر العقبات التي تأكل معظمه، لأنها ألفت هذه التراكمات وصارت جزء من كينونتها.

التراكمات السابقة للكثير من الأخطاء التي يقع فيها الإنسان تولّد حالة من الســخط على نفسه ومجتمعه لا ينفع معها إلا الثورة للتخلص منها وتحريرها من تلك الشــرور والمآسي المترتبة عليها. ويحدث هذا التحرير بطرق رصينة تعمل على التدرج وعدم الاستعجال في طلب النتائج وعدم التسرع في أدائها.

يجب علينا تفنيد التراكمات والترســبات والعمل على تفكيكها وحلحلتها

بصورة منظمة واستبدالها بعادات حسنة وبعث روح التغيير في كل موضع العمل على تدارك الأخطاء، فعندما تكون دواعي التغيير أكثر إلحاحاً، تسري روح التغيير بوتيرة متسارعة لكن يجب التيقظ لها حتى لا يكون هناك تسرُّع في طلب النتائج بل التريُّث والعمل بتنظيم محكم يستند إلى دفع الضرر بخطوات حذرة مدروسة، وتوخي النكوص والرجوع للأسوأ.

إن مبررات التغيير أو دواعيه كثيرة تحتم على الإنسان إتباع طرق وأساليب جديدة حتى يحصل على أفضل النتائج فكلما جرّب وسيلة ولم تنجح انتقل إلى أخرى حتى يستطيع التغلب على معوّقات التغيير بَيْدَ أن التغيير يجب ألا يكون هدفاً في حد ذاته بل هو وسيلة، وأن الثبات على ما تم من تغيير هو أسمى الأهداف وأجلّها. وهناك أمران يتحتم على كل إنسان راغب في التغيير لأجلها: أمر دنيوي صرف وأمرٌ أخروي محض وبينهما علاقة وطيدة ومن جمع بينهما فقد فاز فوزاً عظيماً. إن الاهتمام بجانب دون آخر أو عدم المواءمة والجمع بينهما ينزلق بالإنسان نحو الهاوية ويحيد به عن منابع الحقيقة، ومن أشد الأخطار التمادي في طلب العاجل الآني دون الباقي لكسب متعة زائفة أو تحقيق مآرب حقيرة.

أ ـ الأمر الدنيوي:

الحيرة التي أصابت هذا الجيل لم تكن وليدة اليوم بل لتراكم المشكلات لأجيال سابقة تغلغلت فيها حتى أرهقت جسدها وأوهنت عزائمها رغم ما تمتلكه من مقومات تؤهلها لاستعادة المكانة التي وصلت إليها في القرون الغابرة لقيادة الإنسانية وتحريرها من عبوديتها إلى عبادة الله وحده وتكريم الإنسانية في المكانة التي تستحقها.

إن الركض خلف المــادة والبحث عن تكوين الثروة أو طلب لقمة العيش بأي طريقــة كانت جرّت على البشــرية ويلات عظيمة جرّدتهــا من أخلاقها وطغــت الأنانية وحب الــذات والبعد عن المنهج الســوي، حتى صار الفرد يطلب المادة برغبة المتعة الزائفة والشــهوة دون مراعاة لحقوق أو قيم بطرق رخيصة في مجملها، ونشــأت على أثرها فــوارق عظيمة بين فئات المجتمع الواحد وبين المجتمعات نفسها مادية ومعنوية. يقول يوليوس: «من فقد اعتباره لم يبقَ شيء يفقده».

التمادي في الغي يلقي بالإنســان في غياهب الطغيان وتزيد حســرته على تماديه هذا، بل تزيد هواجسه من أي محاولة لتغيير واقعه لما سبَّبه هذا الغي مــن غفلة وبعد عن فطرته ومنهجه القويم لذا يحاول جاهداً عرقلة كل خطوة نحو التحرر من غلبة الغي عليه، ليس لأنه لا يرغب في ذلك بل لأن نفســه تشبَّعت بالضلال وعشقت التيه والضياع ولا ترى أي فرصة في الخلاص منه مهما حاول، وهذا أمر في غاية الخطورة يجب التنبه له.

القلق: حالة متلازمة مع الإنســان تتطور لتصبح المســيطرة على الســلوك والأخــلاق وذلك بعــدم الطمأنينة للواقع الذي يعيشــه وهذا مــردُّه كله إلى الأخلاق التي ينشــأ عليها الفرد والمجتمع. إن القلــق يحدث حالة من عدم التوازن بيــن المطالب وكيفية تحقيقها وبين الحذر مــن الوقوع في الأخطاء وكيفية تفاديها، وهذه الهواجس مردُّها إلى عدم الثقة في نفســه أولاً وفي من حوله ثانياً نظراً لحوادث سابقة معه أو مع غيره.

إننا نستطيع تبديد ســحب القلق برياح اليقين بما نملك من مقومات وأن المســتقبل أفضل من الحاضر يحدونا الأمل وجبال التفاؤل التي ترســخ فينا

الثقـة وتزرع الطمأنينـة، ما أجمل أن نظفـر بهذا اليقين ونتسـلح بالمعرفة ونستشـرف المسـتقبل بروح وثابة وخطوات ثابتة لا تتزعزع بالقلق على ما سيأتي من مستقبل خوفاً مما وقع في الماضي، إن النفوس العالية لا يكدرها القلق ولا تتحسـر على ما فات، لأن الوهن يسـري وينتشـر لمجرد السماح للخوف أن يقترب منها.

التفكك: مرد التفكك إلى كثرة المشـاغل وما يتبعها من عدم القدرة على التوفيق بين مطالب الجسد والروح فتحدث بذلك شرخاً عميقاً بين سر وجود الإنسان وبين طرق عيشه على هذه البسيطة فتتطور بعد ذلك إلى قطيعة وبُعد عن الصراط السوي.

إن الغفلة التي تصيب الإنسان تحيطه بسياج من الغشاوة وإن عدم وضوح في الرؤية تجعله حبيساً في غفلته كلما أراد استيقاظاً ازداد انغماساً في وحلها، وانصهاراً في قوالبها، رغم أنه يرى نفسـه تنحـدر نحو الضياع والهلاك. ولا مناص عنها إلا بالتحرر من قيودها والتنبّه واليقظة وغسل أدرانها وإزالة الغبش عن عينيه حتى يرى ببصيرة مستنيرة تحفظ حقوقه وواجباته في هذه الحياة.

ماذا يجني الإنسان بعد أن يحصِّل الشهوات؟

إن من يسـلك هذا الطريق يجني ويحصد البوار والطيش والزيغ والضلال والركون لهذه الغريزة بُعد عن الطريق السـليم وما أشـبه من يكون هذا فعله بالحيوان الذي لا همّ له إلا تلبية شـهواته دون هدف يسـعى إليه، أو طموح يرغب في تحقيقه، بَيْدَ أن الإنسـان الـذي يركض خلف هذه المطالب تكون حياته عقيمة من ناحية إنسـانيته مقتربة من الهاوية السحيقة التي أوصل نفسه

إليها وإلى خسار عظيم وافتقار، يغمض عينيه عن هذه الرزايا ولكن إلى متى يحاول أن يقنع نفسه بهذه الخزعبلات التي تسكن دواخله مخلّفة وراءها بوار شنيع لا تستسيغه فطرة سليمة ولا تقبله نفس طامحة، بل إن العجز وطلب اللذة العاجلة دون رؤية لما تخلفه من مآسي عليه وعلى مجتمعه والانجرار خلف سراب زائل يعين على التمادي في العبث والضياع ومن يكون هذا حاله يكون أجدر بطلب التغيير ولا يتأتى له ذلك إلا بالبُعد **أولاً** عن طريق الهلاك والسير نحو طريق النجاة الذي يعينه على التخلص من تبعات ذلك المسلك الخطير فكلما تخلص من حمل سارت نفسه منقادة نحو التحرر من ربقة الشهوات وحصرها في بوتقتها التي وضعت من أجلها، ويصبح بعدها متحرراً من الوهن والعجز الذي جثم عليه حيناً من الدهر.

إن من يقع أسيراً لشهواته تتخبطه الشرور وتحيط به المنغصات ويقع فريسة لحبائل الشر وبعدها ينصب الشراك لغيره ويكون أداة هدم في المجتمع الذي يعيش فيه. إن من استساغ هذا المنهج وطبقه وصار من الدعاة إليه يصبح وبالاً على البشرية محطماً لكينونتها مرتعاً للضياع والبوار.

إن علاقة الإنسان بمن حوله والأرض التي يعيش فيها يجب أن تكون علاقة بين كيان واحد، فمسألة بقائه سليماً سالماً من المآقي هي شغله الشاغل أو الديمومة التي يحاول أن يعيشها تساوي عدم الانجرار خلف السراب أو البحث عن شيء زائل، إنما ينبغي عليه أن يبحث عن شيء ينير طريقه في حوالك الليالي وعن قنطرة يعبر عليها إلى برّ الأمان أو جسر يوصله نحو غاية عظمى فكلما ابتعد طلب شيئاً يعيده نحو طموحه بدون خسائر تُذكَر ألا إن التغيير هو الأداة والآلة التي تعيده إلى صوابه.

يجـــب أن يكون تقدمنا على الجانب الروحي له الأولوية في التغيير الذي يعيد للحياة بريقها وألقها ويضفي إليها الحيوية والنشـــاط وعليه يقع المعتمد والمؤمل من الظفر بتجاوز الجوانب السلبية التي قد تصيب الجوانب المادية والمعنوية المحفزة للتغيير.

ب ـ الأمر الأخروي:

إن مـــن يمتلك اليقين في أن هناك حياة ســـرمدية أبدية، يعيش جُلَّ حياته لأن يظفـــر بهـــا ويبذل في ذلك عمـــره ويضحي بالغالـــي والنفيس من أجل مشروعه العظيم، وهذا لا يُبنى على أماني زائفة بل يُبنى على إتقان وتفان في العمل لأن ســـمو الروح تطير بها على أجنحة الرحمـــة وتتلقفها عناية خاصة عندما تصعّد للسماء، لكل شيء محصلة ولكل أمر نتائج عرفنا ذلك أم جعلنا غشاوة دونها، خاتمة كل عمل لها بالغ الأثر في النتائج التي سيحصلها الإنسان وعليها يُبنى خلوده ومستقره الأبدي.

الحيـــاة الدنيويـــة قصيرة جداً فعمر الإنســـان محدود ومـــن العبث أن تكون اهتماماتـــه على نحو العيش فيها بأهـــداف عبثية لا قيمة لها بعد أن يصرم حبله والذوبان في قوالب مغرياتها والانغماس في ملذاتها الآنية التي لا تدوم والركض خلف شـــهواته دون أن يتفكر في عاقبته وأن هناك خلود ومستقر أبدي. فعندما يزيح عن كواهله حجب الغفلة والتسابق نحو غرائزه ويستطيع كبح جماح شهواته وتسييرها وفق ما خُلقت لأجله، عندها يقدر أن يفكر في مصيره ومآله.

إن الإيمان بالله والمصير الذي ســـوف يلاقيه يقيه من الخلود في مستقر لا يستطيع تحمله حيث جهنم وبئس المصير ـ والعياذ بالله ـ وهذا الإيمان يرسم الطريق الذي ينبغي أن يسلكه ويتمسك به بخطى حثيثة وصبر ومجاهدة لأنه

عرف مصيره وما ينتظره من نعيم مقيم لا ينقطع ولا ينفد فلا تزحزحه مغريات الحياة وملذاتها عن هدفه ولا يحفل بالبيئة المحيطة بيئة انغمست فيما لا خير فيه ولا تنثني عزائمه العقبات التي تصادفه لأن بصيرته تقوده إلى تلمس الحق وتحري الباطل والتحرز منه والبعد عن سفاسف الأمور فوقته في هذه الدنيا كلما انصرم منه جزء اقترب من معانقة حلمه وخلوده في دار السلام التي تلبسه حلل الخلود فيها والتنعم بما فيها من خير عميم دون تعب أو نصب.

النهاية: عمر كل إنسان محدود بزمن معين كلما فقد جزءًا منه فقد شيئاً من عمره. تمضي قافلة العمر نحو انحدار في نموه بعد اكتمال صعوده وأمر نهايته مخفي عنه فإذا سنح لطالب التغيير فرصة أن يستغلها ويستفيد منها في تحرير نفسه من ربقة التيه والضياع وسوء المآل.

وأسوأ الناس تدبيراً لعاقبة ... من أنفق العمر فيما ليس ينفعه

(ابن جبير)

سراب الحياة والتمتع بما فيها من ملذات ومغريات تعود بالحسرة عليه عندما لا يقود نفسه فتقوده إلى طلب المزيد من اللذة والتمتع بالشهوات دون رقيب من نفسه أو محاسبة لذاته إنما متابعة هواه بطلب الظفر بأكبر نصيب من المتع الزائلة حتى يفنى عمره وماذا عساه يعمل بعدما يصرم حبله؟

عندما يكون الإنسان عادلاً مع نفسه فمن اليسر أن يعدل مع غيره ويكون نواة صالحة في مجتمعه. فالعدالة لا تتحقق إلا بنفوسٍ تشربت بالعدل والاتزان وطوقت على ما تريد من تغيير بطوق يأمن عدم حيفها نحو الباطل أو مساعدته. بل تريد أن تظهر بالخير وتعين عليه، وكل أمة انتسر فيها العدل لن تهزم أبداً وكل أمة ضاع فيها العد فستهزم ولو بعد حين وإن بدت للعيان ذات

قوة وهيبة فسـيتصدع بنيانها من القواعد وبالتالي ستخر على رؤوس القائمين عليها لذا احرص كل الحرص على العدل مع نفسـك وعدم الانصياع مع ما تدعوه من إتباع للجبت والطاغوت.

خاطرة (قبر):

أيتها الذنوب الموحشـة ابتعدي عن جسدي فلا يطيق حملك، فما أضعفه وما أوهنه، أستشعر ثقلك فيقشعر بدني، ويلفني الخوف برداء القبر وما أدراك ما القبر؟ قفر وفقر ووحشـة ووحدة ومحصلة الأعمال ومنتهى المآل وفقدان الأموال والعيال ومجمّع الديدان وفقد الخلان وحسرات التقصير وقتامة وعتامة المشـاهد وذهاب الأحلام والأوهام وجشاعة الوارث وفداحة الخصام وشناعة المعاصي وقاصمة الظهور وذهاب العشير ومؤنس الدروب.

قف كفاك من حفرة ضئيلة صغيرة حقيرة أمام ذنوبي وعيوبي، أنا العاصي أنا العاق المتعسف أبيت مسالك الهدى وقبلت مهالك الردى وجانبت الصلاح وسـوفت التوبة وأخرت الأوبة، من ألوم سـوى نفسي؟ وهل ينفع اللوم بعد انقطاع نفسـي؟ بعد حين سـيودّعك المحبين ويبكي عليك الأهل المقربين ويتباكـى عليك أهل المفاسـد والضلال، وتكون عبرة للطالحين والشـامتين الحاقدين، آهٍ كم خير تركت وقبح حصلت، أتراني أسـير إلى حتفي؟ أم هل أصبحت ماض قبل حين ولُقّبت بالهالك المرحوم.

لما الغفلة عن هادم اللـذات مصداقاً لقول الحبيب المصطفى ﷺ: «أكثروا من ذكر هادم اللذات» والانشغال وعم الاستعداد ليوم الرحيل والمآل؟ أقصَّرت بك الهمة أم اتخذت الدنيا لهواً ولعباً ولم تتخذها قنطرة للآخرة.

المـوت آت والنفـوس نفائـس والمسـتعز بمـا لديـه الأحمـق

(المتنبي)

انظر لحال أكثر المشيعين، لهو وبعد وافتقار للعبرة والفكرة من هذا المآل، حديث في هموم الدنيا وقهقهة في غير محلها، أم يعتبرون وهم يحثون التراب عليّ؟ أم غشيت أبصارهم وصمت أذانهم وتحجرت قلوبهم وقلة قليلة منهم شارد الفكر في هذا المآل محتسبين الأجر، أيا معشر المسلمين لو تفكرتم في القبر لما احتجتم لواعظ! فأكثروا من ذكر الموت وتصوُّر النهاية تسـلموا من الغواية واجعلوا مرضات ربكم أسمى غاية.

الفصل الثاني

طرق التغيير المثلى

طرق التغيير المثلى

في رهن عملية التغيير تقع على عاتق القائم بها أمور كثيرة يجب مراعاتها حتى تعطي نتائج مثمرة على المدى البعيد، لا أن تكون سـهلة المنال سريعة الـزوال، وقتية فقط فتعود بنتائج عكسـية على مختلف المسـتويات والأطر ولضمان ذلك يجب أن تتبع الخطوات التالية:

أولاً ـ التخطيط:

إن الفوضى والعشوائية لا تبني بل تؤخر وتهدم عملية البناء بل وتوأدها في مهدها وقد حثنا ديننا الحنيف على التخطيط، وعملية التخطيط تسـاعد على تفادي الأخطاء والبعد عن التخبط وتعين على الانضباط وتسمو بالإنسان إلى سوامق المجد، ويستطيع من خلالها خلق فرص عديدة لنجاح أي مشروع من خلال معرفة ما تملك من طاقات وإمكانيات؟ وماذا تفعل بما تملك؟ وكيف تفعل لتصل إلى ما تريد من طموح؟ فمن يمتلك التخطيط تكون نسبة نجاحه كبيرة جداً، مع التوكل على الله يجب أن يوخذ بالأسباب مع التدرب والنظام والتدافـع للعمل ليتبوأ أفضـل المواقع أو المكانة التي يسـتحقها. إن معرفة المسـار الذي يجب عليك أن تسلكه خلال سـيرك نحو التغيير لا بد له من تخطيط مسـبق يعطيك الثقة بما يجب عليك فعله عند توقفك في كل محطة من المحطات التي سوف تتوقف فيها. ويعمل التخطيط على استغلال الوقت

الاســتغلال الأمثل حيث يعينك على معرفة الوقت الذي تحتاجه ليوفر عليك عدم اســتنفاذ طاقتك في ما لا فائدة منه ومعرفة الطرق البديلة في حال تعذر عليك سلك الطريق التي أنت عليه الآن لأي سبب كان يحتاج لتخطيط مسبق أيضاً.

وفي ظل التخطيط ســتجد النظام وســتجد الانضباط في العمل سواء على مســتوى الفرد أو على مســتوى المجتمع، حيث إن التخطيــط يحقق العناية والمحافظة على أثمن شــيء في الحياة، وهو الوقــت فمن يلتزم بالوقت في حياته ويجعله منهاجها القويم سيتبوأ أعلى المراتب والمناصب ونادراً أن تجد ناجحــاً لـم يعتني بهذا الأمر بل مســتحيلاً. والحياة تخطيــط ثم تخطيط ثم تخطيط وبعدها يأتي التنفيذ بتكامل آلياته من إرادة وإمكانيات.

بالتخطيط نذلل الصعاب ونكتشف روعة الحياة وعظمتها وبه نصعد للعلياء لنعيش بسلام واطمئنان ونوفر على أنفسنا الوقت والجهد ونؤدي أعمالنا كما ينبغي أن تؤدى.

قلــة أولئك الذين يعلمــون أن التخطيط له نتائج عظيمــة ويعملون به في مختلف شؤون حياتهم بل إنهم يخططون للغد، إن الالتزام بالتخطيط في كل شــؤون الحياة يمنحنا النظام والســيطرة على أفعالنا وتصرفاتنا ويمنحنا كنزاً ثمينــاً. بل إن الكثير من النــاس ينظرون إلى التخطيــط على أنه ضرب من المثالية ليس له وجود على أرض الواقع وهذه انتكاســة فكرية أخرى تحتاج إلى التخلص منها، والحياة تخطيط.

الحياة كفاح وأمل وطمــوح فإذا لــم تحــدد أهدافــك وتخطط كيف تصــل إليــها ســتجرك معمعتها إلى نفقها المظلــم بعدها لن تبصر طريقاً

وستقع في مستنقعاتها الضحلة ومع هذا الواقع المرير الذي ستصل إليه ماذا تنتظر؟

إذا لم يكن لديك تخطيط لحياتك فسيخطط لك غيرك

ثانياً - الإرادة:

لا يمكن أن تنجح أي عملية للتغيير بدون الإرادة فهي بمثابة الوقود الذي تتحرك به، التغيير لا يحدث وحده بل لا بد له من فعل. إن للإيمان بما تملك من قدرات ومقومات يعينك على بلوغ أسمى الغايات وما تسعى إليه من تغيير على المستوى الشخصي أو الاجتماعي فهذا الرصيد الثمين مصدر إلهام وكنز كبير إن أحسنت استثماره كنت من الفائزين الرابحين.

بالإرادة نبدد كل الشكوك حول قدرتنا على تجاوز أي عقبة تقف أمامنا، وبها تسكن روع المقبل على التغيير، فلا تثني عزمه دسائس المرجفين، أو كيد الحاقدين، وأقوى هذه المكايد ما تحيكه النفس وتنسجه من خزعبلات زائفة وبعدها يأتي دور البيئة المحيطة وأوجع ما في البيئة أنك تعتقد بأنها صحيحة وتعمي أبصارك صوارف الحياة اليومية عن إدراك خباياها وقد تكون بقصد أو بدون قصد ويندرج تحت البيئة المحيطة، الصحبة السيئة التي تثنيك عن كل خير بل وتدفعك في المهالك.

باستطاعة كل طامح أن يجني ثمار طموحه ويحقق غايته إذا امتلك الإرادة، حيث بدونها لا يستطيع أن يركب مراكب التغيير، لأن العقبة كؤود، وتحتاج إلى عزيمة وإصرار ودافعية حيث إن من يمتلك الدوافع نحو التغيير يستطيع الوصول إلى أهدافه ومراميه.

الإرادة صخرة صلبة تتكسر فوقها العقبات وتتبخر بسببها المثبطات، بها نمضي قدماً نحو التغيير بخطوات تغشاها الثقة وتحفها بعناية خاصة. ومن مرتكزات الثبات والإقدام إرادة قوية تبث العزيمة والطمأنينة في القلوب وتبعث في النفوس الأمل بالقدرة على تخطي العوائق مهما صغر منها أو كبر.

من لا يمتلك الإرادة لا يستطيع أن يحدث التغيير الذي يريده، حيث يسيطر عليه التردد ويعتريه الخوف من الإقدام ويعش طوال حياته حبيس أفكاره المعوجة التي أثنت عزائمه وأوهنت انطلاقته ومساعدته على النكوص والتقهقر وقد قال أكثم بن صيفي: «العجز مفتاح الفقر».

«التردد أكبر عقبة في طريق النجاح»

عمر المختار

وتأتي قبل الإرادة التهيئة النفسية:

يقول الأستاذ علي الوردي: (فمن أراد شيئاً وهو غير مستعد له نفسياً أساء إلى نفسه وإلى أمته إساءة كبرى)

يتم ذلك بتأجيل الرغبات وتوفير مستلزمات الرقي بالنفس نحو كمالها والبعد عن العشوائية والتخبط وتوقع الاحتمالات في كل مرحلة من مراحل التغيير، والثبات على ما يتم من تغيير وعدم النكوص والثبات عند الصدمات والتعامل مع كل حدث في وقته، وأهم من ذلك أن يزرع في النفس الثقة حتى يتمكن من مقاومة الخوف.

إن من القيافة ألا تركن في عملية التغيير إلى التشبث بالماضي وتتحسر على ما فات وتبقى أسيراً بل فكر بالمستقبل وهيئ نفسك لتغيير واقعك الحالي إلى إشراقة تأخذك إلى بواعث الخير وتبعدك عن مواطن الشر. إن

التهيئة النفسية لها أثر كبير في نجاح أي عملية تغييرية تأمل تحقيقها لأن قيادة النفس تكون معها سلسلة وتبتعد عن النكوص إلى آفاق المبادرة والتي تنعش التقدم نحو الحرية الذهنية وتزيد من القابلية للتخلص من الأوهام والجراءة على تكبيل القيود والتخلص منها وعدم الخوف من الطغيان.

اختر لنفسك طريقاً من الطرق التالية:

الطريق الأول: هل تريد أن تشرئب إليك الأعناق وتتحدث عن تجاربك الأفواه وتسطر نجاحاتك المؤلفات وتحبك الأمكنة وتكون سراجاً منيراً يبدد العتمة ويحيي ما درس من قيم.

إن هذا المسلك يحتاج إلى نضال وكفاح لا تقدر عليه النفوس المترددة بل تلك التي يكون الإقدام منهجها وعليه تبني طموحاً بما تملك من إرادة وتروي في حلحلة كل معضلة تواجهها ولا يتسقيم التغيير إلا باستنفار الطاقات وكثرة التضحيات والمثابرة التي تحرك الرواكد وتنعش النفوس وترقى بالروح نحو القمم، وهذا الطريق محفوف بالمخاطر والعقبات لذا تحتاج إلى صبر ومجاهدة وحسن إدارة للطاقات والإمكانيات وتبديد المخاوف والتحكم في المشاعر والعواطف وعدم التهاون أو التقهقر إن طريق المعالي محاط بالأشواك كما قيل وأن الركون لأي مثبط له عواقب وخيمة وأن التخلص من الأفكار العقيمة مسلك للتقدم وأن التعالي على المتشتتات يعين النفس على قوة التركيز.

الطريق الثاني: هل تريد أن يبقى ذكرك خاملاً تعيش على الهامش، تستصغرك النفوس وتلعنك الأمكنة وتقبحك الأفواه ويغلبك هواك وتكون

أســيراً لعاداتك التي تكبلك بقيود الغفلة فتستميت في الدفاع عن قبح الفعل والقول الذي مآله الضياع والتشرذم وانعدام التوازن بين مطالب الروح والجسد.

إن هذا الطريق لا يسلكه إلا المترددون المحبطون الذين أوقعوا أنفسهم في التخنــدق بين ظلال الفكر وعتمة الطريق التي لا يرتجي فيها فلاحاً بســبب عــدم إزاحة أحمــال التخلف والتقهقــر عن كواهلهم والانغمــاس في الوهم والعيش تحــت عباءة الانحراف عــن المنهج القويــم أو العيش تحت وطأة الماضي وعدم المســارعة في طلب التغيير الذي لا يتم إلا برغبة وإلحاح من دواخل الإنسان يتمكن من خلالها البعد عن المثبطات.

ثالثاً - عدم التسرع في طلب النتائج:

إن الشــطط والتســرع يجعلان المرء في حالة طلب تعجل للحصاد والذي بدوره يشتت الذهن عن استثمار ذلك الجهد والوقت في الحصول على حصاد وفير لا تشوبه الأمراض والآفات بل يكون سليماً معافى.

إن التســرع حليف لصيق بالتهور، يعملان على تصدع العلاقة بين المبادرة الذاتية للتغيير والاستعجال في طلبه دون النظر على النتائج المترتبة من وراء هذا الاســتعجال فيســقط طالب التغيير كالعهن المنفوش في وحل التســرع والشطط، ولا سبيل للخلاص إلا التريث والصبر وإعطاء التغيير وقته الكافي، وزمام هذا الأمر بيد طالب التغيير حتى لا تأتي نتائجه عكســية فتصيبه بخيبة أمل تفقده صوابه، وهنا يبرز صناع المعالي، وطالبي ســوامق المجد بامتلاك ســمات الصابريــن وأبرز من يمتلك هــذه الصفات المربيــن الفضلاء الذين يصبرون على تغيير عادة سيئة أو سلوك منحط في من يربوهم أو دفعهم إلى

تملك عادات حســـنة فاضلة مكملة لأخلاقهم لأن زراعة بذور العلم والقيادة وصناعة القادة تتطلب التريث والصبر والجلادة فيهما.

النتائج التي تحصل عليها بعد أن نمكّن أنفســـنا من التريث وعدم التسرع تكون مذهلة لنا ـ رغم أن الإنســـان عجول بطبعه ـ إلا أن ذلك يجعلنا أكثر إصـــراراً على تحقيق مبتغانا من التغيير، بل إن هذا التســـرع تخبو حركته مع مـــرور الوقت عندما تبدأ النتائج بالظهور، فتضمر بعد ذلك هذه النزعة وتهدأ لذا على كل إنســـان إذا أراد أن يربي نفســـه على الفضائل ولا يتأتى ذلك إلا باتباع طرق رصينة ومنهج قويم تتحقق مطالبه ومن أهمها التهيئة النفسية قبل الخوض في غمـــار التغيير وأن مصلحته العليا مـــن التغيير تتطلب أن تكون متزنة لا تعجل ولا شطط وكبح جماح النفس من أسمى هذه الفضائل، فكلما كانت التهيئة النفســـية جيدة أعطت التغيير نتائج مبهرة وتكون العلاقة مطّردة بينهما.

على طالب التغيير ألا يستســـهل الحلول فيقع أسيراً للأخطار والأخطاء بل عليه التروي وعدم التسرع ويعطي التغيير وقته ويراعي في ذلك الجوانب التي تحتاج إلى عناية واستبسال في مقاومتها.

رابعاً ـ واقعية المطالب والوسائل الداعمة للتغيير:

عـــدم الإفراط في الأهداف والتفريط فـــي الغايات الدافعة للتغيير، حتى لا تكون نتائج عكسية على مطالبنا من التغيير، حيث أن طلب المستحيل يسبب الكثير من العوائق أمام إســـتراتيجية التغييـــر العظمى المبنية على أهداف آنية وبعيدة المدى، ممكنة سهلة وغير ممتنعة.

إن طلب المستحيل لا يفيد بل يكون وبالاً على طالب التغيير لأنه يدور في حلقة مفرغة ويخسر جهده ووقته في طلب شيء لا يعود عليه ولا على أمته بفائدة، كالركض خلف السراب تكون نهايته الهلاك.

إن الموازنة والتوازن بين واقعية المطالب التي نريدها ونأمل أن تتحقق والوسائل بقبضتنا تحول دون التخبط والانجرار وراء العاطفة الجياشة التي تنتاب الإنسان في أحلك المواقف وأصعبها التي يتعرض لها ويصرّ على تغيير ذلك الواقع المرير الذي فرض نفسه عليه، وأفضل هذه الوسائل أن نوائم بينهما حتى يأمن على نفسه مضاعفة المشكلة والولوج في المزالق الخطيرة يتطلب التريث أيضاً.

إن تربية النفس على فضيلة من الفضائل يحتاج إلى معرفة عميقة بمقدراتها حيث أن النفس تتقاذفها الأهواء والرغبات وتسلك بها نحو الركون لهذه الأمور على نطاق واسع.

من يرغب في التغيير ليطور من ذاته عليه أن يتنازل عن سبل الراحة، لأن الإنسان لا يحصد على مبتغاه بالكسل والتهاون عن أداء الواجبات بل بالجد والاجتهاد والصبر والمصابرة والتعالي على المكدرات والمنغصات.

كذلك يجب أن يكون المرء حذراً في مطالبه من التغيير بحيث لا يطلب أشياء تعجز نفسه أن تبلغها أو لا تتوفر لديه المقومات التي تعينه على بلوغ أهدافه فتصبح مجرد البدء في المحاولة وبالاً عليه حيث يزداد غياً وبعداً وتمادياً. وتتعقد لديه مسألة التغيير وربما تحدث له مشاكل أخرى من وراء الإفراط والتفريط في هذا المطلب.

خامساً ـ التجانس والانسجام:

هما أفضل الطـرق الموصلة للتغيير. حيث إن هذيـن الطريقين فيهما من المســالك ما يدعونا للتوقف عندهما والتمعن في طلبهما، فما أروع أن نكون متجانســين منســجمين مع الواقع الذي نعيشه، ومع الأهداف التي نسعى من خلالها الحصول على الدافعية نحو التغيير.

إن التجانس بين مطالبنا مــن التغيير والطـرق الموصلة إليه لها بالــغ الأثر في نفس كل طامح نحو التطـوير، بل هي المحرك أو الدافــع وعليه تبنى الاســتراتيجية العظمــى لتتناغم بين المطالب والطــرق قدرة عجيبة تتحقق من خلال التجانس، ومدى إدراك كل إنسان لهذا الأمر يكون طريق التغيير سهلاً وميسراً. حيث يعمل التجانس علــى خلق فرص أقل كلفــة مــن حيث الوقت والجهد، فعندما تريد تغيير عادة ســيئة يجب عليك أن تعي أولاً مخاطر تلك العادة عليك وتحددها في إطار يســمح لك بمعرفة حيثياتها ومــدى تأثيرها وتغلغلهــا فيك ومن ثم تحدد الطرق المناســبة لتغييرها.

عند معرفتنا بالتجانس تأتي مرحلة الانسجام التي هي ثمرة حصاد للتجانس فمع المواءمــة بينهما نحصل على قدرات عظيمة تؤهلنــا للدخول في غمار التغيير، حيث أن الانصهار والاندماج بين المطالب والطرق أمر حيوي للتغيير بل روح التغيير.

التجانس يحدث الطمأنينة والأنس والرضا بما تملك من قدرات فتنســجم مع ما ترغب من مكانة تود الوصول إليها.

سادساً ـ اليقين:

إن معرفة الحقائق التي تنتظرنا عند تحقيق التغيير لها أثر عظيم في نجاحنا وفلاحنـــا حيث أن يقيننا بها هي الشـــعلة التي تقودنا لتبديد الظلام وتتعاظم ثقتنا بأنفسنا وبمقدرتنا على تجاوز كل معضلة.

عندمـــا نمتلك اليقيـــن بمقدراتنا وبالنتائج التي ســـنحصل عليها من وراء التغيير ستتبدد غيوم الشكوك وتنقشع سحب التردد، فاليقين بلسم لهما ومصدر طاقة متجددة.

اليقيـــن كلمة لها وقـــع على النفس تحيطها بســـياج النجاح والوصول إلى الهدف في نهاية كل أمر فرغم المعوقات تتخطاها، واليقين مرســـى كل عمل صعب وطاقة متوهجة يهنأ العيش معه وتطمئن الأنفس.

«حفظ الخامل يتراخى معه»

مثل روماني

سابعاً ـ الثقة:

فالثقـــة بما تلك من طاقـــات ومقومات أمر ضروري لجعـــل التغيير واقعاً ممكناً وهي ضرورية للســـيطرة علي المثبطات والتغلـــب على العقبات وهي حافز قوي لبلوغ الأهداف، والإنســـان الواثق مـــن قدراته وإمكانياته ـ وأهمها الثقة في خالقه أن النصر والتأييد للواثقين لا للمترددين ـ لا تثني عزائمه أي خزعبلات بل تجعلـــه أكثر إصراراً وثباتاً ويجتازها بنجاح وعلو كعب، والثقة تبدد غيوم الخوف والتردد. والثقة تقهر هذا المارد العملاق الجاثم على صدور الكثيرين من حولنا، الذي يقيّد طموحاتهم ويحد من تقدمهم، ويجعلهم أسرى عادتهم وأسرى بيئاتهم المحيطة من حولهم.

وينطلق الإنسان مع الثقة إلى آفاق جديدة وإلى سماء الإبداع والتحرر من تلك القيود، وبها يسكن روع المقبل على أي أمر مهما صغر أو عظم، بل إن ثقتك بنفسك وبقدراتك تجعلك تبصر حقائق كثيرة حول كل أمر تقبل عليه. إن تزعزع الإنسان أو تقهقره مصدره عدم امتلاكه الثقة.

بالثقة نقهر مارد الخوف ونتغلب على كل الصعاب، ملاذ الطمأنينة والرضا النفسي وبها نقذف في أنفسنا القدرة والاستطاعة والتمكن ونبعد الرهبة والخوف.

لا تكتمل عملية التغيير بدون الثقة بالنفس وبأن التغيير عملية يجب أن تتم سواء تغيرنا نحو الصلاح أو نحو الطلاح.

ثق بما تملك من مقومات تؤهلك لاجتياز العقبات فلديك الكثير من المقدرات التي لو استغللت جزءًا منها لأصبحت من الناجحين.

خاطرة: صلة وتواصل

آهات المرء وتصدعات النفس، وإذلالها وخضوعها وإفراطها وتفريطها بين تفاعل الجسد والروح تبقى للمكان قدسيته وانصراف الفكر وإدباره يبقى للعمل اعتباره، لا مجرد حركات تؤدّى وسكنات تستجدي وخشوع يُطلب، والقلب في واد قد هوى وما درى أتقبلت حركاته وسكناته أم في طلب ربه قد غوى.

إن غواية النفس لها ما لها، وعليها ما عليها فهي الملهى والمنفى، لعمرك هل رأيت صلاحاً يستقيم أو عملاً يستديم إلا من استطاع كبح جماحها

ولجامها بلجام الصلاح، وسرج التقوى وعصى الفلاح، ومشى على طريق النجاح. إنني أتحدث عن أمر عظيم وهو الخشوع والخضوع لرب العالمين في الصلاة، والرهبانية في المسجد، هذا المكان الذي ما أن يدخله المسلم «حتى يستوجب عليه أن يخلع دنياه عند خلعه لحذائه» كما قال أحد السلف «بَيْدَ أني أقرأ في وجوه المصلّين مضامين عديدة بين خاشع خاضع ومستدرك للخشوع ومبتعد لاهي لا يعي من صلاته سوى الحركات والسكنات».

إن الصلة بين الإنسان وخالقه لا تتأتى إلا بالتواصل وتتجلى أسمى مراتب هذه الصلة عن طريق الصلاة، فمنها ينهل غذاء روحه وبها تتجدد طاقاته وتتفاعل عواطفه، وأروع هذه المراتب عندما تفيض عبراته وتشتاق نفسه هذا التواصل فتراه يقبل مسرعاً لغسل قلبه من هذا الفيض وهذا النور الرباني، إن المرء حينما يكون خاشع القلب متوجه السريرة تستنير خطاه فتعلو نفسه وتتعالى عن بواعث الشر ومواطن الفتن فهل بعد هذا الهُدى إلا الضلال.

ثامناً ـ التدرج:

يعين التدرج على الدربة في أي موضوع يحتاجه الإنسان حتى لا يملُّ ولا يكلُّ عند قدومه على التغيير. التدرج منهاج الصالحين وشعار المربيين، وبه تصلح من إعوجاج النفس بتروٍّ وحكمةٍ يقع على مكامن الخلل فيصلحه ويقوي عزائم النفس لتجاهد في سبيل رقيها وسموها فتواصل العطاء بروح عالية، فما ألطف التدرج على النفس حيث يعتني بها أيما عناية.

إن التسرع في الحصول على النتائج يذهب بالكثير من الخير ويعجل بالإنسان الرجوع للخلف بعدما بدأ وفي مخيلته أن يجني الثمار قبل حصادها

دون عناية بدواخل النفس التي تحتاج إلى عناية ودربة، ومن أهم طرق العناية بها التدرج، حيث يبعدها عن الوقوع في شــراك التســرع والشــطط، فيجب تعويدها على تعلم طرق وأســاليب التدرج في جميع شؤون الحياة، بدءًا من أبسط الأمور إلى أعلاها مرتبة، وهي عبادة الله حق عبادته، فلا تكون كالسيل الجارف يأخذ كل شــيء أمامه. بل تريث، حتى تغني نفســك بغيث الرحمة فتخصب وينمو زرعك وتحقق مرادك من التطوير، لأن الانجرار مع النفس لها عواقب وخيمة تقود إلى الفشــل، وكذلك أن ترويــض النفس يتم من خلال التدرج.

يعمل التدرج على كسر جماح النفس ويهيئها لتقبل كل تغيير بسهولة ويسر ويستطيع التدرج أن يوفر على المقبل للتغيير جهداً مضاعفاً في الوصول إلى القناعة النفســية لما تم مــن تغيير ومن ثم يتغلب علــى كل معضلة بتروي وحكمة لا بشطط وتنصل من المسؤولية فور حدوث أي خلل في التغيير.

كلما ذكرت هذه المفردة اختلجت في نفســي معطيات كبيرة، حيث أن لها وقعاً في نفسي فالتدرج روح التغيير ومرساة الآمن الذي يتغلب على الأمواج العاتية والملجأ الدافئ الذي يحتضن التغيير، إن للنفس جماحاً والتدرج لجامها وإن الرغبة في الحصول على النتائج بتسرع هفوات والتدرج يأمنها.

إن أعظم تســخير للطبيعة يحتاج إلى تدرج ورويــة وعناية ولا يقوم على الشــطط أو العجلة، وأفضل تدرج ماثل أمامنا، عندما نراه في حياتنا ولا نعي قيمته في حياة أجدادنا، الأفلاج الضاربة في أعماق التاريخ وكيفية شــق تلك القنوات الممتدة لآلاف الأمتار مــن أماكن منخفضة حيث قاموا بالتدرج في تســيير المياه عليها حتى استطاعوا أن يوصلوا المياه لأماكن مرتفعة ومستوية

دون الحاجة لمضخات تساعد على دفع المياه، كذلك ترويض الحيوانات لتصبح أليفة أو غيرها من الحيوانات المفترسة التي يتم تدريبها بالتدرج.

إن ضرواة النفس تحتاج إلى تدرج في ترويضها أكثر من الضواري المفترسة بل إنها تحتاج إلى عناية خاصة لضراوتها حتى تنقاد إلى الخير بسلاسة وسهولة.

تاسعاً - تحديد الأولويات:

يتضاءل حجم كل معضلة أمام الإصرار على تحديد الأولويات وتتغلب على الخلط والتبعثر والتشتت في الأمور، ولهذا الأمر أهمية قصوى في سير الحياة على مستوى الفرد أو الجماعة، والمحور الأساسي للنجاح يتمثل في تحديد الأولويات وأمر التغيير لا يبعد عن هذا الجانب الحيوي، حيث أن على طالب التغيير أن يحدد أولوياته بوضوح ليكسب الوقت ومعرفة الطرق الموصلة إلى التغيير بدون تزاحم أو تعثر وتبعثر قبل الوصول إلى الهدف وأثناء الولوج في عالم التغيير وبعد إتمام هذه العملية المعقدة الشائكة.

ووضوح الرؤية مطلب أساسي لركوب المصاعب والأهوال وعدم الركون إلى الدعة والشتات بين الأمور، إن التشتت لا يصنع تقدماً ولا يحقق نجاحاً، لأن الإنسان لا يعي أهدافه عندما تكون مبعثرة، حيث أن عزائمه يصيبها الوهن، والصراع بين ما هو مهم لا يحتمل التأجيل وبين ما هو أهم لا ينبغي تأخيره وبين ما هو جوهري لكن يحتمل التأجيل والتأخير لا يضر به، فعندما نعي ذلك نأمن على أنفسنا الانزلاق في دوائر فارغة لا نهاية لها وسنحقق أهدافنا من التطوير بيسر وتؤدة.

إن لتحديد الأولويات أهمية كبيــرة حيث أنه يمنع الصراع حول ما ينبغي أن يكون عليه حال الإنسان وواقعه الذي يعيشه، حتى يتسنى له إدراك حاضره والتخطيط للمســتقبل ومع تحديد الأولويات يستطيع تحمل الصدمات ورسم استشــراف للمســتقبل، حيث أن الفرد تكون لديه قابلية للتدافع نحو العمل والابتعاد عن حالة الفوضى والضياع وهذا مطلب كل طامح نحو التغيير، لذا من الجيد أن تكتــب أولوياتك من الآن وصاعداً ومعرفة أولويات التغيير لها أصداء كبيرة على النفس البشــرية يســهل معها الانغماس في معمعة الحياة اليوميــة بكل أريحية فلا يغلب جانب علــى آخر أو يحدث خلط بين الأمور وأقصــد هنا الجانــب الروحي على المادي أو العكــس، وتأمّن عدم الإفراط والتفريط في ثوابت التغيير.

إن نزعــات النفس وتأففها من أي محاولة لتغيير عادة أو ســلوك يجب أن يقابلهــا تحديد لأولويات العمل، والتنبه لــردة الفعل التي ينبغي أن نقوم بها حتى لا نخسر جهودنا في إصلاح أو تغيير عادة تطوير ذاتي نطمح في تحقيقه في كل مناح الحياة.

وحتى تنجح في ذلك لاحظ وراقب في أي مجال تحب نفســك أو ترغب فيــه حتى تتعرف على مواهبــك وقدراتك ومن أين تريــد أن تبدأ؟ وما هي الأعمال المحببة لديك؟ لتسهل عملية التغيير حتى لا تتعثر الخطى.

همسة:

عندما تمســك بكتاب لتقرأه وبينما تقلب صفحاته تنازعك نفســك لتركه لغرض ليس له قيمة كاتصال هاتفي أو متابعة رســائل الهاتف أو غيرها فأنت لا تعــرف أولوياتك في تلك اللحظة عندما يتشــتت الوقت بين أمور لا قيمة

لهـــا، لذا فإن تحديد الأولويات يوفر لك الوقت وما أثمنه من توفير وما أجلّه مـــن عمل حيث يعينك على اســـتثماره فيما هو مفيد لك ولأمتك والمحافظة على الجهد واستغلاله كذلك في الوجه الذي ينبغي أن يستغل.

خاطرة: الرحيل

عندما يحين وقت الرحيل تتراخى الكلمات وتتوارى البسمات وتأن القلوب وتذرف الدموع وتعلو الزفرات، فهل يحس المرء قبل رحيله فيأسف على كل ثانية ضيّعها ويعضُّ على أنامله ندماً وتسكب عبراته دماً، أزف الرحيل وحان موعده والموت يسرج خيله ويخيم دخانه في كل بقعة.

أحـــس بأن وقته قـــد حان ولا مناص منه ولا خـــلاص أفتش في خلجات نفسي فلا بقايا من حب أو فتات من رغبة في الحياة، أستنهض قواي فلا أجد سوى الحسرة وأستجيش بكائي وليس فيه دوائي، أنا المكلوم فمن ألوم.

الحياة أشـــبه بســـباق في الجري قلة هم الفائزون وكثرة هم المخفقون، قوافل الحســـرة تأن من كثرة الأحمال، شتان بين الخير والشـــر، فقوانين الغلبة لا بد أن تصمد فلا حاجة للرجحان بين كفتي الميزان، فحتماً سينتصر الحق وإن قلّ مؤيدوه وسيستأصل الباطل وإن كثر مريدوه، هذه سُنّة الله في الأرض فهل من متعظ.

همم تناطح السحاب:

سطور مضيئة وعقول عظيمة نبضات متدفقة وصفحات مشرقة أقلام نابضة ســـاطعة كتبوا بها طموحاتهم واهتماماتهم، غيروا سير حياتهم فتغيرت الأمم من حولهم، فحياتهم نذروها لهدف رسموه فكانوا سراجاً منيراً بددوا به على

الغُتم الكالحة فالله درهم كيف استطاعوا ذلك وتميزوا عن غيرهم، إنها العزيمة والإصرار والمثابرة والدربة فكلما علت الأهداف سمت النفوس وترفعت عن الدنايا ولم ترض بالدون.

كلما ارتقت النفس البشرية عن توافه الأمور سما المجتمع نحو الصلاح والرشاد وابتعدت الأمة عن التشظي والانقسام وأمنت على نفسها الدخول في معترك الحياة الهمجية التي لا تأبه بحقوق أو واجبات ولا تنظر إلى مقدرات أو إمكانيات إلا في ما يحركها من غرائز نحو الانقضاض على الآخر والظفر بما لديه في أنانية مقيتة تحركها دوافع جاهلية وتسيطر عليها أفكار خبيثة تحاول الفتك بها لذا فهذا الرقي يقيها من الضياع.

أيحدث ذلك من تضعضع الهمم وخوارها أم من ضعف الثوابت وتعثرها أم بالمشترك بينهما؟ نعم قد يكون جميع ما ذكرت صحيحاً وأكثر ما يهدم بنيان الأمة وينخر فيها التواكل وعدم التوكل والعبث بالجوانب الفكرية وخلخلتها وجعل ترديها أمراً واقعاً لا يمكن تجاوزه أو إعادة البناء أو حتى الترميم، قد تكون الثوابت راسخة رسوخ الجبال ولكن يتم الالتفاف عليها لبلوغ أهداف رخيصة وغايات عفنة، والانغلاق على النفس حتى لا تفكر في التحرر أو محاولة التحرر بزرع قيود تعمد على تقليص مساحة التفكير أو خلق مترفات تعمد على الدوران في حلقات مفرغة تصيب الإنسان بالتيه والعمى عن الأهداف السامية والغايات النبيلة وما يحدث للفرد يكون شبيه بما يحدث للأمة فلا سبيل ولا مناص لاستئصال هذا الخبث واجتثاثه والبناء على الثوابت الراسخة وزلزلة ما سبق من غشاوة وإزالتها وبث الهمم وتهيئة النفس على تغيير واقعها الذي فرضته عليها الأفكار العقيمة والمعوجة وتقويم

نفسـها حتى تسـلك المنهج القويم وعـدم المزايدة على تخلفهـا وتعثرها والإنعتاق من العيش في ظلال الماضي وتخلف الحاضر إلى سـماء الحرية الفكرية التي تنأى بالإنسان عن الوقوع في وحل الفكر العقيم الذي تنبت فيه أعشـاب ضارة وسـامة تكون وبالاً مع البشرية بسـبب الانغلاق مع النفس والعيش على الهامش دون تمكين للطاقات واستغلال للمقاومات وينتج بعد ذلك الرضوخ والانصياع للهوان والدعة وعدم المبادرة في تغيير الواقع المرير بتمكين الغير من فرض قوتهم حتى يتحكموا في النفس المتخلفة عن ركب التقدم والتطوير وأخذ كل ما يمليه الغير عليها دون تفكير، بلا وحتى محاولة التفكير.

وتنـزع النفس عندما تغشـاها أفـكار معوجة نحو البحـث عن مترفات لا ترتقى بها نحو سلم الصلاح والفلاح، بل تنغمس بها في وحل متخلف، والتشتت بين محاولة الإفلات من هذا الواقع والدفاع المستميت عن واقعها وينتـج مع هذا الأمر تقزيم وابتعاد عن الأهداف السـامية وأخذ المغريات الشـاذة من الحضارات من فحش في القول والعمل وإشـغال نفسها بتوافه الأمور.

خاطرة: الفطرة

ما بين الفينة والأخرى تتولد كلمات، لها في قلبي ذكرى، تملأه بالطمأنينة، وتشغل في ذهني السكينة، أسبح في نهر الفطرة، ذو السيرة العطرة، قلما أجد لها مثيل، أو أعرف لها أية تفاصيل، سوى أنها أعظم دليل، تتقاذفني الأمواج، إلى شـلال فكري وهاج، فأتمتـم بتلك الكلمات، فتحفـظ روحي من غلبة

التيارات، يا للهول العظيم والخطب الجسيم، أين أنا، من أنقذني؟ أليست مجرد كلمات، تلفظ في لحظات، فتحقق أسمى الغايات.

تلك مقدمة بسيطة لحال كل من ارتطم فكره بجبال الفكر الخبيث فأخرجه من مسار الفطرة السليمة التي جُبلنا عليها، إلى معاندة الحق ومخالفته، حتى حاد عن الجادة، فبدأت تتقاذفه الأفكار المعورفة، وأصبح لا هم له إلّا محاربة أهل الصلاح، فأصابته غشاوة، فأوقعته في الهاوية السحيقة، كيف لا وقد غلبت عليه الماديات، لعمرك كيف يستقيم حاله وقد تعدى حدود العقل وساق فكره على نهج وضيع مخالفاً لفطرة الله، مصداقاً لقول رسولنا الكريم ﷺ في حديث الفطرة: «كل مولود يولد على الفطرة، فأبواه يهودانه أو ينصرانه أو يمجسانه» لقد تشربت روحه بالضلال فخالف ذي الجلال.

الفصل الثالث

معوقات التغيير

معوقات عملية التغيير

إن عملية التغيير ليســت ســهلة في مجملها، بل المشقة تكون قي بداياتها ومن ثَمّ تتأقلم النفس معها وأهم المعوقات التي تقع في طريق الطامح للتغيير ما يلي:

أ ـ نوازع النفس: نوازع النفس كثيرة متغيرة تسيطر على صاحبها وتردي به فــي مهاوي الــردى إذا اتبعها يقول الله تعالــى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّىٰهَا ۞ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَىٰهَا ۞ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّىٰهَا ۞ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّىٰهَا﴾ [الشمس، 7 ـ 11]. صدق الله العظيم

النفس البشــرية تركن إلى الدعة والخمول، قلة قليلة من يعلم بأن النجاح يحتاج إلى عمل وتعب ونصب ويحتاج إلى تحريك الرواكد، خاصة في بداية كل عمل. بعدها ســتتولد لدى النفس بواعــث تدلها على الخير وتقودها إليه قوداً حثيثاً، وستطمئن إلى العمل وتألفه وتجعل النشاط والهمة سراجها المنير والمثابرة عنوانها الرفيع.

النــوازع التي تحدث للنفــس تبعدها عن متطلبات الروح، يقول ســماحة الشــيخ أحمد الخليلي: «على الإنســان أن لا يترك نفسه وهواها، بل عليه أن يقودها إلى الخير بسلاســل عزائم الإيمان، فتنقاد له، فهو عندما يعوّدُها على أن يقودها إلى الخير لا بد أن تنقاد، أما إن أهملها فإنها تحب الإهمال وتغدو بعد ذلك منقادة للشهوات والعياذ بالله».

ومن العدل أن نصون أنفسنا عن الدنايا ونرفق بها حتى لا تقع في الزيغ والضلال ونؤمّن لها الخلاص من براثن الشقاء، ونسمو بها عن الرزايا والمهالك ولا يتأتى ذلك إلا بترويضها في مزرعة الخير، حتى تتربى على الفضائل، ومجاهدتها على ذلك تتطلب إرادة صلبة وعزيمة نافذة، لأن مزالق التقهقر كثيرة وحفر المعاطل عديدة متنوعة، لذا تكون العناية والروية بالنفس مع شيء من التركيز تحقق المنفعة.

من الحمق أن نترك أنفسنا تسقط أمام شهواتها دون أن نحرك ساكناً، حيث أن هذا السقوط منزلق خطير نحو الهاوية السحيقة، بيد أن السيطرة على هذا الأمر يحتاج إلى عزيمة وإرادة قوية لأن الشهوات تعمي بصائر النفس وتردي بها في مهلاك الردى.

إن الغشاوة التي تسيطر على أنفسنا مردها إلى تخبط في إدارة النفس وعدم جلاء الزيغ عنها، وفك طلاسم هذه الغشاوة، حيث إنه يحتاج إلى البعد عن كل ما يدعوها إلى هذا المسلك الخطير والمسرب الضرير.

إن من يستطيع كبح جماح نفسه ويجاهدها، يسلم ويغنم ويعيش حياة سعيدة. قال رسول الله ﷺ لصحابته بعد عودته من إحدى المعارك: «**لقد عدنا من الجهاد الأصغر**» يعني محاربة أعداء الدين إلى الجهاد الأكبر يعني به مجاهدة النفس. صدق رسول الله.

إن أكثر ما يضر النفس: العجب، فعندما يصيبها هذا الداء تصبح أسيرة للنوايا العاطلة والخطايا، عندها لا تؤدي عملها كما يجب أن تؤديه بسبب الغشاوة التي تحيطها من المبالغة في أي عمل يقوم به الإنسان حيث يصبح العجب داءً يجب الخلاص منه. العجب مصيدة الإبداع والتقدم ومن يقع

أســيراً لهذا البلاء تحيطه النقم وتسبح به التيارات الهوجاء إلى أماكن لا قبل له بها ولا حول له عليها وبعده يهلك من يسهل عليه قيادته، هذا الداء الخطير ويغرس في النفس الغفلة عن واجباتها وعن مقدراتها فتسبح في أبحر الشتات والتشرذم ويصب الأمة بالويل والثبور حيث لا تستطيع أن تُعدّ العدّة لأعدائها بسـبب الغشاوة التي تلفها بالعجب والتفاخر بما ليس تملك وبما لا تستطيع أن تنجز.

لا تطلق زمام نفسـك علـى عواهنها حتى لا يصيبك الخسـران، وتتعطل مسـيرة العطاء والنّماء لديك وتتحطم أحلامـك وبدل من الانصياع والإذعان عليك أن تحرر نفسك وتقودها نحو الصلاح.

يقـول المثل الألماني: «النفس الضعيفـة لا تقوى على التجربة» إن النفس تأنف كل تغيير بسـبب تراكماتها السابقة ويكمن ضعفها في عدم قدرتها على التحـرر والتخلص من الوهـن الذي أصابها نتيجة غيهـا وبعدها عن فطرتها ونتيجة لتأثرها سلباً بما يدور حولها.

عندما تجنح سفينة التغيير عن مسـارها تصطدم بجبال الهلاك وتغرق في أبحر الظلمات ولا تقوم لها قائمة بسبب الخذلان الذي أصابها وعدم التمكن من العودة إلى المسار الصحيح حيث تكالبت عليها المهالك وتعاظمت عليها الرزايا وتزداد جنوحاً كلما ركنت لبواعث الشر.

أما مصطفى السـباعي فيقول: «لا تعظ مغلوبـاً على هواه حتـى يعـود إليه بعض عقله». وقد حذرنا أحد الفلاسـفة منذ أكثر من تسعة عشر قرناً قائـلاً: إن إزالة الأفـكار الخاطئة من العقل أجدر بكثيـر من إزالة أورام الجسم.

إذا ما وجدنا أمة حققت نصراً كبيراً وتقدماً متميزاً فذلك لأن كل واحد من الشريحة العظمى في تلك الأمة استطاع أن يحقق نوعاً من النصر والغلبة على صعيده الشخصي. (عبد الكريم بكّار).

إن من الرقي الإنساني أن يستطيع المرء السيطرة على الهوى وتغليب المصلحة على المفسدة وإذا وصلنا إلى هذه المراحل نكون عندها أهل رقي ورسوخ في المبادئ نمكّن أنفسنا بعدها من تحقيق ما يجب علينا فعله ونترك ما يجب علينا تركه. والحكمة تقول: (من أطاع هواه باع دينه بدنياه).

إن من اللائق للمرء أن يتحكم في ضبط جماح نفسه ولا يترك الحبل على غاربه حتى لا تردي به في مهالك الردى، ومن الأليق أن يصونها قبل أن تبدأ هي بقيادته وجره نحو مستنقع الخذلان والحسرة، ومن التألق أن تكون لديه المقدرة للخروج من وهن النفس بعد سقوطه فيها.

لا ينبغي للمرء أن يسرف في مدح نفسه لأن ذلك بسبب التشنج والتوتر بين الناس ويثير ذلك استخفافهم بمن يمدح نفسه وكذلك يستشري بين الناس مدح غيرهم بما ليس فيهم ويؤدي ذلك إلى النفاق ويتصدع البنيان لقيام الغير أهل في أماكن لا يستحقونها بما يؤثر على تقدم المجتمع. وكل إنسان يستسيغ هذا العمل يصبح وبالاً على التقدم وحجر عثرة أمام التغيير لأن النفس تنحجب عنها الرؤية الصائبة كلما سمعت عن هذا السيل الجارف من المديح حتى وإن كانت ترتسم على محيا من يثني عليه سرائر الفرح والسرور التي عادة ما يتمنى البعض أن يحمد بما لا يعمل فتتعاظم بذلك على من يسرف في مدح نفسه أو غيره حتى يركن للدعة والخمول بدل العمل بحيث يرى أنه قد يصل إلى مبتغاه بكلمات لا تكلفه سوى جهد بسيط

لكنهـــا مغلفة بخبث أو على ســـبيل المزاح فتعمل علـــى قلب موازين بعض الناس وتبخس المجتهد حقه وتعطي الآخر بما ليس أهل له.

إن المظاهر البراقة قد توحي لك أمراً حسناً سهل المنال وتخفي عليك أموراً خلفها الشقاء والتعاسة كمن يرى السراب أمامه فيقوم بنضح الماء الذي معـــه ويذهب إلى بقعة الســـراب لأنها أكثر فيلقـــى بعدها هلاكه وشقائه.

يقول لقمان الحكيم وهو يعظ ابنه:

«احذر واحدة هي أهل للحذر أن يرى الناس أنك تخشى الله وقلبك فاجراً».

إن الإنسان إذا تضعضعت نفسه وخارت قواه وملأ قلبه التشاؤم تعس وشقي في دنياه وأخراه وصار حبيس المفاســـد ضيـــق النفس لا تقوى على التجربة وتتردى أحواله من سيئ إلى أسوأ.

إن أهم مرتكزات تفوُّق النفس البشرية على المعطيات التي تلحق بها هو مدى اســـتطاعتها التخلص مما يلحق بها هذا الوهن وذلك بالصفح الجميل الـــذي يغرس في النفس الحـــب والطمأنينة ويعمل علـــى الترفع عن التوافه والبعد عن الحقد والغي ويخلصها من الشحناء والبغضاء المقيتة التي تشتت الجهود وتنمي حب التشـــفي فكلما صفحت وســـامحت ارتقت نحو سوامق المجد.

لو علم الإنسان بقيمة الصفح وغفران الزلات وعدم تحجيمها لسارع إليها دون تلكؤ أو تردد لمـــا يعود عليه بالنفع وعلى مجتمعه بتوثيق عرى الأخوة فتغشاه الطمأنينة وتلفه الراحة وعلى المصفوح عنه إجلالاً لمن صفح عنه فتعمُّ المجتمع الألفة والمحبة بين أفراده لأن عدم الصفح يوغر النفوس حقداً يحطم

نفســك أولاً ثم تكون ناره تحرق الأخضر واليابس. حيث أنك إذا ســامحت قويت أواصر المحبة لديك أما إذا لم تســامح أوغرت نفســك حقداً وبغضاً وهــذا له أثــر كبير عليك حيث تزيد نســبة القلق والكراهيــة وتنعكس على صحتك.

كن سراجاً ينير الدرب للتائهين

كن سراجاً في بيتك وأهلك

كن سراجاً لمن حولك ونبراساً يحتذى به ترنو إليه الأعين وتغبطه الأنفس.

لاحظ ما يدور حولك واستثمر كل ملاحظة لدفع عجلة التغيير للأمام، انظر لحال الناجحين الذين سمت أنفســهم وحال المخفقين القابعين في سراديب التردد وراقب أصحاب الأفعال الجميلة كيف وصلوا وما منهجيتهم في العمل والاستقامة عليه.

ومن تأمل نفسه وجد فيها ميلاً نحو تقليد أناس نجحوا في حياتهم بأفعالهم الحسنة أما من وجد فيها ميلاً نحو تقليد أصحاب الشهرة الزائفة أو أصحاب الأعمال القبيحة فعليه أن يغيّر اتجاه بوصلته نحو الوجهة الصائبة.

خاطرة: مناشدة

أناشــدك أيتها النفس قبل السقوط في وحل المعصية أن تراجعي حساباتك وأن تتوقعي أنك مجــرد أنفاس في أي لحظة تتوقفين، ليس كأي توقف، بل توقف له تبعات عظيمة سوف ترمي بك في براثن العذاب فهل أنتِ متعظة؟

أم تستمرين كعادتك؟

ألا تكترثين لحالي؟ وأنا قدوة لعيالي!

أم غرك طول الأمل؟ فأنساك الأجل؟

إنكِ أشـــدُ فتكاً وألماً وأعظم أمراً يحمل وزراً، فكم من حســـنة حرمتيني؟ وكم من ســـيئة منحتيني؟ عفواً أقصد أغرقتيني فيها، فما تقصيري إلا بسببك وما عتابي إلا عليك.

أيتها النفس الآمرة بالمنكر والناهية عن المعروف ـ علماً بأنك أشـــد وقعاً عليّ من الحسام المهند ـ فوا أسفاه كيف أنقاد خلفك بعد كل توبة وأوبة.

آهٍ آهٍ كم أكون شـــقياً حين أستمع لإملائتك السخيفة، وأكثرها سخافة حين أشـــرب من نفس كؤوس بؤســـك وحقارة ما تروجين له وما تســـعين جاهدة لتحقيقه لأبتعد عن المنهج الحق والصراط القويم.

إنني على يقين تام بأنك ســـتكونين خير ســـند لي في حال تحولك نحو الصلاح والثبات عليه، وخير معين لا تنضب خيراته ونفحاته الطيبة في الدنيا والآخرة أسأل الله العلي القدير أن يوفّقني للصلاح إنه سميع مجيب.

أبيات شعرية:

همتـــي همـــة الملـــوك ونفســـي نفـــس حـــر تـــرى المذلـــة كفرا
إذا غامـــرت فـــي شـــرف مـــروم فـــلا تقنـــع بمـــا دون النجـــوم
فطعـــم المـــوت فـــي أمـــر خطير كطعـــم المـــوت فـــي أمـــر عظيم

إن لهذه الأبيات حكاية معي فهي تتصدر كل مذكرة أو مفكرة لي حيث لها من المعانـــي القوية والتأثير الجلي على تحفيـــز النفس على طلب المعالي من الأمور

ودفعهـــا إلى ذلك دفعاً، وعدم النظر إلى سفاســف الأمور بل طلب عليائها فالهمة يجب أن تكون عالية، وطلب الشرف يحتاج إلى مغامرة والحياة كلها مغامرة.

إن الهمة العالية ترقــى بصاحبها للخلود في بحبوحة لا ينقطع خيرها ولا تفنى مكارمها إن الإنســان الذي تتوقد هممه يكون ســراجاً وعلماً يهتدى به فكم من طاقة بثها في نفوس القادمين على تغيير أحوالهم وتبديل نمط حياتهم والتدافع نحو الســمو بأنفســهم والترفع عن خذلانها بل التحفيز الدائم وهذه الروح التي تشــعل هذه الهمم تكون رســالة لك طامح ومنــارة لك تائه. إن النفوس التي تتحرر من قيود المذلة تبتهج وتسمو وتتغلب على كل ما يدعوها أو يحاول أن ينال منها أو تعكير صفوها.

ب. **مكائد الشــيطان:** ينسج الشيطان خيوط الوقيعة في كل مكان، يعلق فيهــا كل إنســان لا يضع الأمور في قوالبها التي يجــب أن تكون عليها، حيث أن حبائل الشــيطان محكمة ووسائله متعددة وطرقه مغرية مستهدفة كل خير، يمني الإنسان، ويخوفه ويزين له الباطل ويرغبه فيه وعندما يعلق في مصائده ويحاول الخــلاص منها ينصب له مصائد أخرى، حتى تنعدم المحاولة عنده ويعيش واقعه كأنه هو العيش الصحيح فمعه لا يقبل نصح ولا يتعــظ بما يدور حوله من أخطار وأخطاء بل يكون أو شــرك ينصب لغيره.

وقد فنى عمره بعد ذلك في البوائق والشــرور حتى يصبح شــيطاناً يغري غيره، وربما يكون الإنسان في مأمن بعض الأحيان من مكائد الشيطان ولكنه ما أن يراه سالكاً مسلك الخير والرشاد يسلّط عليه جنوده ومغرياته حتى يفسد عليه صلاحه.

إن للشـيطان مداخل كثيرة ومغريات متنوعة والفرق بينه والنفس أنه يتلون بألوان كثيرة بينما النفس تدعو صاحبها بلونٍ واحدٍ.

خاطرة: تدليس

تجيش في خاطري أفكاراً عديدة، أحاول أن أفند مضمونها تفنيداً سـليماً، يتماشى مع النهج الرباني فأستعير بعض الكلمات التي تعينني على ذلك، إلا أنني أجد صعوبة بالغة لتحقيق مطلبي لأن وسـاوس ودسـائس اللعين كثيرة ووفيـرة، فمرة أتعثر أمام مصائده، قبل الوقوع في برائينها الملتوية فأسـتيقظ مذهـولاً من أثر تلك السـقطة أو الزلة فأتراجع عن أهدافـي، ومرة أقع في أفخاخه العتيدة فتنقذني الاستعاذة من شروره.

إن الأحـلام والأماني الزائفة مدخل من مداخل اللعين، فيه بمثابة الموطن الهش المنبش، يُحيل إلى المرء خيالات، ويبطن بها تهيئة عجيبة للسقوط في أوحاله القذرة، فيصور المال وطرق الحصول عليه، وأهميته له، على أنه أسمى الغايـات، ولا تكتمل إلا به الحياة ويعمد إلى هذه الحلقة حتى يُشـغله عن الأهداف من الحصول على هذا المال، والنفس قد جُبلت على حب المال.

يا للعجب! أحاول إكمال هذا الموضوع فأجد نفسي قد نضبت أفكاري وتشوشـت، كأن القلم قد أصابه الهـرم، فكثُرت التصويبات وتسـابقت الهفوات والمُعطـلات، ويحك أيها الظالم، وتشـرذمت العبارات، وفجأة توقف القلم.

جـ. الوهـم: هذا المرض الذي يحيط بالكثيرين مـن حولنا، حيث يتوهم المرء أن كل دافعية نحو التغيير سـواء في السـلوك أو العادات أو التصرفات

تأتي أو تنشـأ مطبوعة في الإنســان منذ صغره ولا يمكــن تغييرها أو حتى محاولة ذلـك، متعللاً بالظـروف والحظ، وأن فلاناً لديه مـن المقومات ما تسـاعده ووُلِدَ وملعقة الذهب في فمه واسـتطاع الوصول إلى هذا المستوى بالحظ وأنا حظي متعثر ويوجد لديه من يأخذ بيده وعلى شاكلة هذه الكلمات المحبطة، ويتوهم الأوهام الزائفة ويتمنى الأماني دون أن يفعل شيئاً ليغيّر من واقعه وهو بذلك يزيد من همومه، لعمرك هل وجدت إنسـاناً ناجحاً استطاع أن يغيّـر من واقعه السـيء إلى واقع أفضـل دون أن يعمل ويخطط لكل ما يعمل؟ فكم شخصاً من حولنا غيّروا حياتهم من جحيم إلى نعيم ومن ضلال إلى هـدى بعد أن تركوا الوهـم والتوهم، بعضهم كان أسـيراً لعادة أو كان مقترفـاً لذنـوب أو لموبقات لمـدة طويلة من عمره وتاب إلـى ربه وأناب، كالمدخنين لفترات طويلة تمتد لخمسة وأربعين عاماً ولكن عندما ترك الوهم استطاع أن يترك هذه العادة السيئة مع الإرادة والتصميم، لأن التغيير بيده هو لا بيد غيره، فلا تكون عبرة لغيرك بل كن سراجاً يستضاء به.

أغلـب الوهم يسـيطر على النفـوس المريضة التي لا تعتـرف بقدراتها ومقدراتها ولا هم لها إلا الشـكوى والتباكي وتعويض ذلك بالتوهم وطلب الأماني الزائفة وعدم القدرة على التخلص من الوهم سببه تغلغل هذه الثقافة الرديئـة التي تحيط بهـم، بل إن الوهم يعمي بصائرنـا عن حقائق الأمور، ويجعلنـا متقوقعين تحت ظـلال أفكارنا ويعطّل إمكانيتنـا ويهدر كل طاقة متوهجة فينا ونسـلك معه وديان الغفلة عندما نسـمح لأنفسـنا باتباع هذا الطريق.

بعد أن نحدد الوهم ونعرف مكامنه يأتي العلاج باليقين بقدراتنا ومقدراتنا، واليقيـن يحمينا من الوقوع في حفر الوهم. إن الوهم يحفر في النفس جروح

لا تندمل ولا تبرأ إلا باليقين ورؤية الواقع الذين نعيشه ببصيرة وعدم الركون للأوهام.

التصور الخاطئ:

الصور التراكمية الخاطئة تقتل الإبداع، وتولد الانطباع السيىء، فتؤثر على الفرد والمجتمع على حد سواء فعندما يريد أن يطرق أي موضوع يستحضر تلك الصور فتزيده إحباطاً. بينما كنت أقرأ في كتاب تاريخ آداب العرب لمصطفى صادق الرافعي: «اكتشفت بأنه كان رديء الخط وذلك بناءً على ما ذكره محقق الكتاب صديقه الحميم محمد العريان ـ ولكنه سار المنهج الصحيح إذ يُعدُّ من أعظم الأدباء في عصره وحتى عصرنا هذا». الحكمة من ذلك بأني كنت كثير التردد في موضوع الكتابة والعلم بشكلٍ عام، حيث كنت أفكر أن معظم العلماء والأدباء والكتّاب ذوي خط جيد ولا يعقل أن يكون عالماً أو أديباً وخطه سيئ، لذلك أثرت هذه الصورة التراكمية على نفسي، وأدركت فيما بعد أن قطار العلم لا تعيقه خزعبلات تسويفية لا تمت للواقع شيئاً فعاهدت نفسي أن أبذل وقتي في سبيل تحصيل العلوم والكتابة ما استطعت إلى ذلك سبيلاً، والله من وراء القصد.

كل يوم لك ارتحال جديد ... ومسير للمجد في مقام
وإذا كانت النفوس كبارا ... تعبت في مرادها الأجسام

المتنبي

وما طلب المعيشة بالتمني ... ولكن ألق دلوك في الدلاء

أبو الأسود الدؤلي

وما نيل المطالب بالتمني ولكن تؤخذ الدنيا غلابا
أحمد شوقي

د. التسويف: مرض خطير يهدر الإمكانيات ويبدد الطاقات، فكل فرد في الأمة تصرفاته وسلوكه تؤثر على المجتمع لأن العلائق التي تحمي المجتمع تضطرب ويصيبها الخلل، فتهدر الوقت والمال في سبيل إصلاح التصرفات والسلوكيات الخاطئة فمصالح الناس يقوم بها مجموعة بسيطة إن أدت عملها بلا تسويف مع الجودة تتقدم الأمة وتتبوأ مكانتها التي تستحقها.

أما على مستوى الفرد فكل تسويف يحرمه خير عظيم خاصة التسويف على المستوى الروحي الذي يحتاجه الفرد أشد من حاجاته الجسدية لأن علاقته مع ربه تبنى على الجانب الروحي فالإخلال بهذا الجانب له مساوئ عظيمة عليه، والحساب يكون يوم القيامة فردياً لا جماعياً فكل فرد مسؤولاً عن تصرفاته وسلوكه. إذا أردت التغيير فلا تسوفه، في يوم ما سأتغيّر أو سأغيّر من وضعي أو سوف أتخلص من عادتي في يوم ما فهذه الجزيرة البعيدة الموحشة لا تمنحك الأمان ولا تحقق لك طموح أو غاية إلا ضياع وقتك وهدر إمكانياتك وبعدك عن جادة الصواب فابتعد عن كل ما يقربك منها، ولا تستحقر أي فكرة صغيرة في نظرك لكنها مع الدربة والعمل الدؤوب حتماً ستكبر وروّض نفسك على أداء واجباتك في وقتها، ولا تؤجلها إلى أجل قد لا تصل إليه.

تكمن حدة التسويف في أنها تجلب الحسرة علينا بعد مرور السنين وتجعل الفرد عالة على المجتمع غير منتج، فكم من عملٍ سوفناه تراكمت بسببه مشكلات وخسرنا بسببه روابط أخوية وعلاقات اقتصادية وسياسية وغيرها،

وأشر ضراوات التسويف وأعنفها مع النفس الطموحة للتغيير التي تسعى إلى رضا ربها ورضا من حولها.

إن أكثر ما يضيّع علينا التقدم كثرة التســويف وعدم المبالاة بما يحدثه من ضرر، تتضاءل معه فرص النجاح بل تكاد تنعدم، ويحدث زوبعة فيما بعد نتيجة للتراكمات التي تكدســت وضاعت معها الأولويات التي يجب أن تنجز وكذلك الأعمال الفورية التي لا تحتمل التأجيل أو التأخير وبهذا تذهــب علينا فرص كثيــرة ويوقعنا هــذا الأمر في مســتنقعـات التخبط والتخلف.

إن من يقع أســيراً لهذه العادة الســيئة يكثر بعد ذلك من التذمر والحسرة على ما فاته من خير ويكون سلبياً وعاجزاً عن أداء أبسط الأعمال فيكون بؤرة كسل وخمول.

التســويف رأس كل تأخيــر وســبب كل تبديد للطاقات ومصدر الكســل والتهاون، إن الركون لهذه العادة الســيئة يترك أثراً بالغاً في مسيرة كل إنسان ناهيــك عن طالــب التغيير الذي ترهلــت حياته واضمحلّت أفكاره بســبب التســويف الذي جعــل منه مصدراً للدعــة والهوان وتتضعضع بذلك نفســه فتستسلم لواقعها المتردي.

عند التخلص من التســويف ســيتولد لديك حب التدافــع للعمل بإصرار وعزيمة ويُنَمّي فيك روح المثابرة والتقدم لأن التسويف حجر عثرة أمام إنجاز الأعمــال في أوقاتها تتراكم بعد ذلك ويصعــب التعامل مع تلك التراكمات، حيث يقتصر العمل على تأديته في حينه وعدم تأجيله، ويجب أن نضع نُصب أعيننا خطورة التسويف وأهمية التخلص منه.

إن التقــدم لا يتحصل إلا بالبعد عن التســويف وهــذا يتطلب إرادة صلبة تتمكن من إدارة الأمور في وقتها وعدم تأجيلها ومعرفة واسعة بالمهم والأهم والمواءمة بين ما هو موجود وما يحتاجه الفرد والمجتمع مستقبلاً.

خاطرة (تفكير أو ميثاق):

تختلج في نفســي أفكار عديدة أسرح معها بعيداً عن الواقع الذي أعيشه فتحملني سفن الفكر المســتنير إلى جزر المعرفة، أستلهم منها تنوير عقلي بشــتى العلوم الإنســانية، ففي هذه الجزر البعيدة عن واقعــي، أعيش جُلّ فكري، فيلتطم بالواقع الذي أعيشــه، حيث التسويف وعدم الاكتراث وعدم الاهتمام والمبالاة بالعلم، والتأخير المستمر في إصلاح نفسي المعوجة التي تحتاج إلى تأهيل وتقويم لتحمل الرســالة التي يجــب أن تحملها وتحافظ عليها.

من هذا المنطلق وحتــى لا تضيع عليّ تلك الكنوز التي لا تفنى معارفها ولا تُحصــى فضائلها ولا تدرك روائعها إلا بالســعي الدؤوب والجد الحثيث والاجتهاد الواسع، والتزود النافع، قررت تغيير نمط حياتي تغييراً جذرياً يشمل جميع شؤون حياتي وتشمل الآتي:

1 ـ **الاشتغال بما يرضي الله تعالى والبعد عما يسخطه.**

2 ـ **إتباع المنهج القويم في تقويم نفسي.**

3 ـ **كتابة وتجميع الأفكار وتنقيحها وأخذ الصالح منها.**

4 ـ **زيادة الاطلاع والقراءة في شتى العلوم** ويكون ذلك باتباع خطة شهرية تضمن الاســتمرارية «فقليل دائم خير من قليل منقطع». كان لهذه الخطة الأثر

الكبير في حياتي، حيث زادت نسبة إطلاعي وقراءتي في شتى العلوم بمعدل كتابين كل شـــهر مع وضع ملخصـــات لبعض الكتب، وفـــي واقع الأمر أن الإبحـــار في القراءة أصبحت واقعاً يومياً ألتـــزم به، فزاد نهمي وحبي للقراءة بشـــكل كبير وفي بعض الأشـــهر أقرأ بمعدل كتاب كل أســـبوع ووصلت في بعض الأيام كنت أقرأ كتاباً في يوم واحد بل في جلسة واحدة، وأفضل أوقات القـــراءة عندي بعد صلاتي الفجر والمغرب وأهم النتائج التي اســـتفدتها من القـــراءة: أنها هي المعين الذي يمكنك من تجســـير الفجـــوة بين الجهل في الاستماتة على ركوب الخطأ والرجوع إلى جادة الصواب، ولا يتأتى ذلك إلا مـــن خلال امتلاك المقدرة على تمييز الجوانب التي تســـتطيع من خلالها أن تغيّر طريقة تفكيرك.

والقراءة حول كل معضلة تكون حافزاً لتحقيق طموحك وهي طوق النجاة، فامتلاك مفاتيح الأمور من خلالها تجعلك تسرع في الوصول إلى مقصدك من التغيير وترســـخ فيك المبادئ التي يجـــب أن تمتلكها، وبالقراءة تحصل على خبرات تراكمية سابقة لأشخاص خاضوا خضم الحياة بصبر وثبات واستطاعوا أن يوجهـــوا بوصلة التغيير إلى وجهتها الصحيحـــة ونقلوا حياتهم من الظلام إلى النور فكان الإصلاح والفلاح، فالإحاطة بالموضوع شـــيء مهم حتى تتبع الطرق الرزينة في إدارة الطاقات التي تمتلكها وتوجيهها في وجهتها الصحيحة. (الجهل شجرة تنبت فيها كل الشرور).

أعظـــم تغيير حصل في حياتي عندما عاهدت نفســـي على القراءة والتقيد بهذا الخير العميم أخذ مني مجاهدة ومصابرة بدأت بالتدرج وعدم الشطط ثم الاستمرارية فقليل دائم خير من كثير منقطع.

5 ـ **تعظيم الفكر.**

6 ـ **الخلوة مع الذات.**

7 ـ **السياحة في الأرض.**

8 ـ **اجتناب المعاصي والآثام.**

9 ـ **ترتيب الأولويات.**

10 ـ **مجالسة أهل الأدب والفكر ومصاحبتهم.**

11 ـ **أخذ المشورة من أصحابها.**

12 ـ **تجنب الجدال المفضي إلى الخصومة.**

إن أكثر ما يضيّع علينا أوقاتنا ويفسد علينا علاقاتنا الجدال في شيء لا طائل منه ولا منفعة سوى الخصومة والفرقة، إنني باستخدامي هذه الاستراتيجية كسبت الكثير من العلاقات ورتبت حياتي على أن الحوار الهادف سبيل إلى الوصول إلى قلوب الناس والحديث مع كل فئة بما تحب أن تتحدث عنه وتفقه الحديث والخوض في غماره، أما أن تحدّث الناس في أمور لا تحبذ الحديث عنها والخوض فيها قد يجلب لي المصاعب بل ويفسد الود بيننا كذلك من متطلبات الحوار أن يبنى على أسس من المحبة وعدم تحقير الآخر أو تحجيم أعماله أو الفوقية.

13 ـ **عدم الخلط في الأفكار والتشتت في المواضيع حتى لا يضيع عليّ الخير كله.**

14 ـ **أخذ الدروس والعبر من تجارب الآخرين**، إن كل تجربة لشخص تعرفه أو لا تعرفه بمثابة جوهرة ثمينة يجب أن تستفيد منها قدر الإمكان، بل

إن نتائج تلك التجربة تدفعك لعدم الوقوع في أي تقصير حصل للشخص وتكون سلماً تصعد عليه لمدارك الرقي بنفسك وتنقشع من خلالها غيوم الحيرة والتساؤل عن الطرق المثلى للوصول لهذه المرتبة. وعن الخبرات وكيفية الاستفادة منها يقول جوزيف أديسون: «إذا أردت النجاح فاجعل المثابرة صديقك الحميم والخبرة مستشارك الحكيم».

15 ـ **تقويم التجارب السابقة في كل المجالات كل ستة أشهر.** إن معرفة ما أنجزت وما لم أنجز وهل ما قمت بإنجازه كان ذا أثر أم لا؟ يتم من خلال عملية التقويم التي عهدت بها على نفسي وكان أثرها واضحاً وجلياً على تغيير مسار حياتي عندما تقف أمامي معضلة أقوم بتقويم الطرق التي أدت إلى ظهورها رغم أني أنجزت المهمة التي أردتها حسب ما هو مخطط لها، لأعرف مواطن الخلل التي أدت إلى ذلك وأتخلص منها وأوجد البدائل لها.

16 ـ **تهيئة المناخ الملائم لاستخلاص الأفكار وترتيبها.** ويكون بمعرفة الأماكن والأوقات التي تستطيع الإبداع فيها.

كتبت هذه الكلمات بعدما رأيت أن التسويف سبب رئيسي في تأخير كل موضوع أرغب في تحقيقه وأسأل الله العلي القدير أن يوفقني في الالتزام بها وتطبيقها، وعسى أن ينتفع بها كل من يقرأها.

17 ـ **البيئة المحيطة:** أماني النفس تتبخر عندما تصطدم بواقع الإنسان الذي يعيش فيه حيث التسويف والبيئات المحيطة لها بالغ الأثر في تحجيم أي تغيير والتأثير عليه. وقد قيل أن الإنسان ابن بيئته فطريقة تفكيره أو الأفق الذي هو عليه ناتج من البيئة المحيطة حوله فكم من إنسان يملك من الطاقات والإمكانيات راح ضحية البيئة من حوله حيث تعمد هذه البيئات بقصد أو بدون قصد على

دفن الإبداع ومحاربة النجاح والإنسان بطبيعته عدو ما يجهل، وترسخ بعض هذه البيئات عادات تفرط السلبية تؤثر على الناتج الفكري لدى الفرد وتكون ويلاتها أعظم إذا تعدت على الأخلاق وكثر الفسق والفجور وانتشرت الرذيلة.

إن البيئة المحيطة بالإنسان تسمو به في أعلى المراتب وترفع من قدره أو تحط من شأنه في سلّم المتخلفين، ولها تأثير على أي مبادرة منه نحو التغيير من الواقع المرير الذي يعيشه وتحد من دوافعه نحو كل أمر يقصده لبلوغ أهدافه بل وتعمل على تخديره وتثبيطه عما يصلحه، إن العاقل من يرى في هذا الأمر مصدر إلهام ويبذل قصارى الجهود التي يمكن أن يبني عليها أهدافه ويجعل من كل محنة منحة، ويهجر البيئة الخبيثة إلى بيئة طيبة طاهرة وعندما ينجح يصبح مصدر حياة في بيئته السابقة سوف تحرك الرواكد ويبدأ الصلاح والطهر.

لا تحفل بالمحبطين ولا تكترث لما يقولون، فكلما سموت بفكرك بإصرار وجعلت نُصْبَ عينيك الانتصار، زادت ثقتك بنفسك وتعاظمت فرص نجاحك، رغم ما قد يحدث لك من مضايقات ومساومات، سر نجاحك في عدم الإصغاء للأصوات الهدامة، إن كانت عن قصد أو دونه، فكل ناجح لم يحقق مراده إلا عندما تجاوز هذه القضية وتغلب عليها.

كثيرة هي الطموحات والرغبات تكبر عندما تتربى في بيئة خصبة تراعي أبسط الأُسس والمقومات وتحتاج إلى حاضنة تعيش فيها رغم المنغصات حولها تنمو وتتقوى كل يوم تقاوم كل الأوبئة وتتغلب على الأمراض لأنها وجدت العناية التي تحتاجها.

البيئة المحيطة لها أثر كبير على كل إنسان فتسيطر على فكره وسلوكه وتحصيله العلمي ومخزونه الثقافي والفكري فإذا كانت البيئة خصبة أعطت

نتاج فكري خصب يكون له أثر كبير في قيادته دفة الحياة في هذه البيئة نحو الصلاح، أما إذا ما كانت ضحلة تنتج أفكاراً ضحلة لا يمكن أن تثمر ثمراً طيباً، لأن المجتمع يقع في براثن التخلف والانحطاط، لذا يجب أن ينتشل نفسه من هذا التخلف أو عدم الاكتراث بما يدور حوله.

عندما يذعن الإنسان لمحيطه لا ينبغي له أن يلوم غيره على مستوى طموحه الذي وصل إليه أو أي انغلاق في تفكيره أو بعده عن المنهج القويم أو تماديه في غيه. لذا فعليه أن يبحث عن النور الذي يهديه الصراط المستقيم الذي لا إعوجاج فيه، لا أن يتقوقع في خنادق بيئته التي تسلب منه صوابه وتعطل مسيرته نحو إكمال وجهتها الصحيحة.

إن أثر المحيطين بك كبيراً إذا لم تنتبه له وهنا أتحدث عن مثبطي العزائم ومروجي أفكار التخلف، الذين يتحدثون بكلمات ملؤها التشاؤم المقيت الذي يجلع من طالب التغيير يتقهقر عند عدم مقاومة مثل هذه الآفة الهدامة.

أن تشعل جذوة تبقى متقدة تبصر بها الطريق أمامك خيراً لك من أن تشعل حريقاً يمكن أن يقضي عليك وعلى من حولك لذلك أبق زخم التغيير مستمراً حتى لا تتضعضع نفسك أو تنثني عزائمك أن تخور هممك ودائماً كن كالغيث الذي يحيي الله به الأرض وينتفع به العباد لا كالسيل الجارف الذي يهلك الأرض ومن عليها.

18 ـ **الصحبة**: لا بد للإنسان من صحبة تحيط به ويلجأ إليها في وقت الشدة والرخاء أراد ذلك أو لم يرد فهذا أمر مفروغ منه.

شر البلاد مكان لا صديق به وشرّ ما يكسب الإنسانُ ما يصمِ

أبو الطيب المتنبي

إن لروح الإنســان أصداء في من حولها حيث تنثر عبير الخير في كل مكان تحل به وعلى النقيض تبعثر الأشــواك على كل درب تمر عليها، ولا تميز بين قريب أو بعيد ويكون لها أثر كبير في مسيرة أي إنسان تقابله خاصة ذلك الذي تتخذه صاحباً لهــا وبعدها تزلف أفعاله وأقواله فتلغ ذروة التأثير أوجها فتصير تلك الروح معبراً لكل الأفعال والحركات التي يقوم بها الصاحب بل إنها تقوم بتخديــره عما يريــد أو أنها تدفعه نحو الإقدام دفعاً حثيثــاً ليحدث التغيير في حياتــه نحو الصلاح وتلك نعم الصحبة التي تنير الدرب وتهيج النفس وتمكن المقبل على التغيير من الانتفاض على الباطل وتعيده نحو الفطرة السليمة.

إن الصحبــة تبرمج حياة الفــرد على نمط جديد ربما لــم يعتاده أحدهما فيكــون بذلك مصدر إلهام أو مصدر إحجام أو مرفــأ وثام. إن أفضل معاني الصحبة الصالحة أنها تقوم بما لا يستطيعه غيرها من أنماط التعليم والتثقيف أو طرق الوعظ والإرشــاد لأنها تنبع من مبادئ راســخة تجعل منها إنسجاماً وتجانساً بين الأفكار والأفعال والأقوال حيث أنها تتدفق من المحبة الصادقة. وأين ما كانت تلك المحبة فاختيار الصحبة التي تأمن الإنسان البوائق وتبعده عن خطوات الزلل والانحدار نحو الهاوية ومن أفضل الوسائل التي تبعده عن الوقوع أو الاقتراب من تلك المسالك الخطرة وتأخذ بيده نحو الرشاد فالمرء يعرف بصاحبه الذي يقترن به.

إن الصحبة الصالحة تبدد العتمة وتنير الدرب وتحفظ الإنسان من الانغماس في وحل الحياة الزائفة وتعيده نحو الأنس وتقوده نحو النجاح والفلاح.

الصحبة للإنســان كالهواء يتنفســها في كل حين وأينما حلّ لا يستطيع أن يعيش بمعزل عن محيطه وهذا مرهون بما يملك من صحبة طاهرة تعينه على

نوائل الدهر وغوائله، لذلك كانت العناية والمحمدة في الصحبة الصالحة، ولا تستقيم حياة الإنسان إلا بها فمرآة المرء صاحبه حيث أن كل ثمرة يجنيها مرت من خلاله وكل عثرة يقع فيها نتيجة لعدم التوفيق في اختيار الصحبة وبه يستقم أمره من خلال النصيحة ومساعدته وهنا أتحدث عن الجوانب الروحية التي تمد الإنسان بالراحة والسكينة.

خاطرة: الصداقة

حينما يبتعد عنك صديق وتودُّ أن يكون بقربك وترى أن أي اجتماع أو جلسة لا يكون بها كأنك غير موجود، أي جسد بلا روح وتأمل أن تنقضي الأيام حتى تعود إليك روحك فتجتمع الألفة والمحبة وتعلم يقيناً أن الثواني فيها قيمتها معه ناهيك عن الدقائق والأيام، فَنِعْمَ الصحبة ونِعْمَ العشرة ونِعْمَ السريرة.

إن الصداقة نهر مفياض لا تقاس مكارمها ولا تحصى معادنها، تتجدد على مرور الوقت والسنين، كشجرة الزيتون كلما كبرت زاد إنتاجها وزادت قيمتها، أخي اعلم بأن حبل الصداقة متين ويزداد متانة إذا كانت نابعة من القلوب مرتبطة بوثاق الخالق فاحرص هداك الله بأن تعين صديقك على الخير والصلاح وعلى طريق الهداية والرشاد.

19 ـ **التذمر**: آفة كريهة تلحق الأذى الكبير على مستوى الفرد والمجتمع، إن انتشار هذه الآفة في أي مجتمع دليل كبير على اضمحلاله وخلل عظيم في بنيانه، حيث أنها تقوم بتخديره وتزيده بعداً عن الأهداف العظيمة التي ينبغي أن يقوم بها أفراده وتجعلهم عالة على غيرهم ويتسلط عليهم اليأس

والقنــوط والبغض والكراهية ويصبحوا بذلك معــاول هدم وحجر عثرة أمام التقدم ويزرع فيها البلادة والتقهقر، إن آفة التذمر حينما تسري في دماء الأمة تجعل منها أمة خاملة جاحــدة لمقدراتها وتغرس في تتابع أجيالها هذه الآفة دون تمحيص أو علاج لمسبباتها، تنسج خيوط التردد وتقيم جدران عازلة بين حاجة الفرد ومتطلباته الأساسية فكلما حاول تقدماً نحو العمل سقط في حفر لا قعــر لا قعد لها، تتحطــم طموحاته وتزيد حساســيته للأمور من جراء ما يســمع عن هذه الآفة البغيضة، ويســعى الحاقدون في بعض المجتمعات إلى بث مثل هذه الألاعيب للوصول إلى أهدافهم وقد يكون للبيئة المحيطة بالفرد دور في هذا الأمر حيث الكسل وعدم التدافع للعمل ينشئ الخمول.

إن أهم الأسباب التي تنشئ التذمر هو عدم العدل في توزيع الخيرات على جميع أفراد المجتمع بالتساوي أو بما يستحقون وهذه الأسباب قد يكون منبعها استشراء الفساد أو الظلم وعندما يغدق الخير على الجميع ويقام العدل تختفي.

إن الإنسان الذي يبدأ بسرد أعذاره يقترب من حافة الفشل بل هو في دائرة الفشــل، وإن إلقاء اللوم على الآخرين يستهلك قدراً هائلاً من الطاقة الذهنية، إننا نســتطيع التغلب على التذمر بســمو نظرنا واستشــرافنا للمستقبل ملؤها التفــاؤل وحب العمل والتســابق نحو التميز والنجاح، حيــث أن الناجح لا تنضب أفكاره وأن نرى في كل محنة منحة يجب أن نســتغلها لبلوغ أهدافنا. وقد قيل بأن الظروف لا تصنع الإنسان ولكنها تكشف عن معدنه.

بين التذمر والإقدام للعمل بونٌ شاسعٌ يستهلك المتذمر جهداً ويدمر طاقات وحيوية كان حَرِياً به أن يســتغلها في دفع عجلــة النجاح إلى الأمام بدل أن يضع العوائق أمامها، وأسهل ما يقوم به المتذمر إلقاء اللوم على الآخرين دون

تحريك للسواكن التي يتشبث بها، إن المتذمرين من سوء الظروف والأحوال وعدم وجود الدعم والمساندة لهم في أعمالهم هم في الأساس أناس يدورون حول حلقات مفرغة لا تنتهي إلا ببذل جهد مضاعف من قبلهم حتى يثبتوا ويرى الآخرون جديتهم وتفانيهم بتغيير واقعهم السيئ إلى رحاب الخير والعطاء فهم أساس كل تغيير ولا يتم ذلك بإلقاء اللوم على الآخر وتحميله الفشل في عدم مساعدته له. ولنتغلب على التذمر يجب أن نلوم أنفسنا أولاً ونراقب تصرفاتنا وأعمالنا ومن ثم نطلب من الآخر مساعدتنا.

إن المتذمر يرى في كل إشراقة عتمة وفي كل بقعة ضوء ظلام دامس وفي كل أمل ألم، وأهم ما ينبت التذمر البيئة المحيطة بالإنسان وهذا يصعب الخلاص منها دفعة واحدة بل يحتاج إلى بث روح الأمل وترسيخ مبادئ العمل والتدافع إليه والعدل أولاً مع النفس ومراقبتها ومن ثم العدل بين أفراد المجتمع. وذلك بالعدل في توزيع الثروات.

إن التذمر لا يخدم الإنسان الطامح الذي يسعى إلى تغيير واقعه إلى فضاء النجاح ويكون حجر عثرة أمامها لذا لزماً عليه أن يتخلص من التذمر بالكفاح والصبر ومجاهدة النفس وأن يحب لنفسه ما يحب لغيره وأن يبتعد عن الحسد ويخلِّص نفسه من شروره وأن يقدم على طلب المعالي والتدافع نحو الظفر بالتغيير وأن يوقن في قرارة نفسه أن التغيير يحتاج إلى مقومات وعماد هذه المقومات البعد عن التشاؤم والبحث عن نقاط الضعف التي أدت إلى التخاذل والتهاون الذي أفضى إلى هذه الحالة والاتكالية التي تنتاب الإنسان عندما يوهن نفسه بأن المستقبل مظلم وبه الكثير من المنغصات وبعدها يحجم عن الأخذ بالأسباب ولا ترق أمة إلا برقي أفرادها.

«من تعوَّد على الكسل والراحة لا يستطيع أن ينجز مهامه».

أيهمــا خيرٌ لك: أن تكون همتك تناطح الجوزاء فتجني الخير أو أن تكون خامــدة تنحدر بك في الهاوية. لذلــك اترك التذمر لأهله وابدأ من جديد في كتابة حياتــك بطموح وهمة عالية ترقى بك وترجح كفة الميزان وتبعدك عن الخسر والخذلان، فلا مكان لمتذمر للرجحان.

20 ـ **الغضب**: نار حاقدة وسيل جارف لا يأتي بخير أينما وجه إلا لمحاربة المعتدين على محارم الله وله ضوابط وأحكام، والغضب يطفئ ســراج العقل كما قال غاندي.

في خضم الحياة اليومية تصادف الكثير من الأفعال التي تغضبك ولكن هل تســتطيع أن تتحكم فيها؟ فقط تستطيع أن تتحكم في ردود الأفعال تجاههم وهذا الأمر يقض مضجع الكثير من الناس وهو عدم القدرة على التحكم في ردود أفعالهــم ممــا يضعهم في متاهات لا تحمد عقباهــا وتجر عليهم رزايا عظيمة، لذا على طالب التغيير أن يتعلم كيف يتحكم في ردود أفعاله.

إن الإنســان لا يســتطيع أن يتحكم في أفعال الناس تجاهه فقط يســتطيع التحكم فــي ردود أفعاله تجــاه كل خطب والحديث الشــريف يقول: «**ليس الشــديد بالصُّرعَةِ، إنما الشــديد الذي يملك نفســه عنــد الغضب**». (صدق رسول الله ﷺ) متفق عليه.

من يملك زمام نفســه في مواقــف الغضب إلا حليم يعــرف متمكن من قيادتها نحو الرشــاد ومسالك الخير، فعندما تستثار العواطف ماذا سيوقفها إلا الاعتدال مع النفس في ردة الفعل المناسبة للحدث والملائمة للحالة.

إن الغضــب الغير مبرر لــه عواقب وخيمة على الفرد والمجتمع ويؤســس لحالة دمار في بعض الأحيان وهل تجر الإنســانية أعظم خطراً على نفسها إلا

من سوء إدارة هذه الطاقة الفتاكة التي تحطم كل شيء تمر عليه؟ ولو نظرنا إلى كل المعاضل التي تتراكم على الإنسان من أمراض وأذى يلحقه بنفسه وغيره وذلك بعدم القدرة على كبح التصرف إزاء ردة الفعل المناسبة تجاه ما يغضبه.

21 ـ **الفراغ: في طريقك كل يوم تمر على أحداث أو تسمع عنها يكون لها صدىً على دواخلك وتجعلك أسيراً لها، فقد تمر على حوادث سير وما أكثرها، نرى وتترسخ وفي أذهاننا أن سببها التهور، وما أدراك ما التهور، قاسم ظهر هذا الجيل وأحد أهم الأسباب في هدر الطاقات ومقومات هذه الأمة، لأننا نرى هذه الحوادث بأبصارنا لا ببصيرتنا، والسبب ناتج عن مأزق خطير يجب التصدي له بقوة ألا وهو الفراغ الداخلي لدى البعض من الشباب الذين هم قوة الأمة وعنفوانها.**

إن من أعظم الأخطار التي تحدق بالإنسان أوقات الفراغ، حيث أنها تسيطر على سلوكه وتصرفاته وهي مقياس لمدى نضج عقله وفكره، فكل إنسان مهما كانت مكانته في مجتمعه كثر شغله أو قل لا بد من توفر وقت فراغ لديه، فقط تختلف طرق استغلال ذلك الوقت وفي ماذا يستغل؟

إن الفراغ والشباب والجدة مفسدة للمرء وأي مفسدة

الخواء الروحي أكثر ضرراً على الإنسان ومعيقاً لأي تقدم بل ويعمل على تجريد النفس من الفضائل ويحيلها إلى طريق الهاوية، حيث أن النفس تركن إلى الدعة والخمول ومن ثم يصيبها الوهن والعجز فتصبح لقمة سائغة للمفاسد والشرور، بل بؤرة تنخر في جسد المجتمع فتفقده توازنه واتزانه.

الفارغون معاول هدم يحتاجون إلى من يأخذ بأيديهم إلى بر الأمان، فالوقت إما يستغل فيما ينفع أو يستغل فيما يضر لا يوجد خيار ثالث فانظر

حولك كم من طاقات معطلة وإمكانيات مهدرة لو وضعت في أماكنها لتغيرت أحوال المجتمع.

قصة أب:

هذه القصة أسردها على لسان أبٍ حيث يقول: كنت أعاني كثيراً من عدم استطاعتي ضبط أبنائي بمجرد ركوبنا السيارة حتى أصل إلى أي مشوار أريد أن أصله حيث كنت أسافر باستمرار في نهاية كل أسبوع من مقر عملى إلى قريتي في مشوار يصل إلى الساعتين وطوال الطريق أتوقف لأسكت هذا وذاك وفي مرات عديدة نفقد أعصابنا نتيجة هذا السلوك وعدم تقبلهم لأي أمر وفي هذا المكان الضيق والأصوات تتعالى والصمت والهدوء مطلوب للتركيز فلا مفر من استخدام العصا في بعض الأحيان لكن لا يمر الوقت حتى تعود نفس المشكلة.

يقول: فكرت أنا وزوجتي لحل هذه المسألة. ثم جاءت الفكرة وهي إقامة مسابقات وأسئلة وتسميع للقرآن وتلوين وكان لهذه الطريقة فعل السحر على أبنائي فتمضي بنا الرحلة قرابة الساعتين ونحن في أفضل حال ومع هذه الطريقة جعلنا منهم أطفالاً متفاعلين وكل أمر نريد توصيله إليهم يكون سهل ويحدث تجاوب كبير منهم وأخيراً أضفنا أنشطة جديدة للإملاء والتعبير وكذلك بدأنا معهم في اللغة العربية كالأفعال المفرد والمثنى والجمع وأدخلنا أسئلة في الرياضيات وعادت علينا هذه الاستراتيجية نحن بالبحث وانتقاء الأسئلة والبرامج الجديدة وطرق توصيل المعلومة، فالقليل من التغيير وضعنا في حال أكسبنا نحن بعض المعارف واكتسب أبناؤنا معلومات جمة والأهم من ذلك ارتاحت أنفسنا من الصخب بالسيارة. والآن قبل أن نخرج من المنزل نُعدُّ أولاً كراسات التلوين وغيرها من الأنشطة التي نشغلهم بها طوال الرحلة.

إن استغلال أوقات الفراغ في الجوانب الإيجابية له أثر كبير في حياة الفرد وما يقوم به من انحرافات هو ناتج من عدم استغلاله لأوقات فراغه.

خاطرة: الوصايا الخمس

لقد كتبت هذه الكلمات المتواضعة لغاية في نفسي أحببت أن تكون صالحة لكل من يقرأها، سـهلة في معانيها قريبة من نفوس القراء الأعزاء جميلة في سـبكها، سـليمة في تراكيبها قدر الإمكان، متشحة بمكارم الأخلاق ومسالك النـور الرباني، وارتأيت وتأنيت فاخترت لها عنوان: «الوصايا الخمس» جالت في فكري هذه الكلمات وأنا أستمع إلى صوت المؤذن لصلاة الفجر.

عندما يسـري النور من نافذة منزلي، وتعانقه جدرانه، تسـمع أنينه وحنينه إليه، في صرخات متباعدة، وشوق عجيب تتواصل معه جوارحي خاصة أذني التي تصغي لذلك الصوت المردد صداه فجراً معلناً وطالباً من كل المسلمين أن يلبوا نداء الحق، يا لروعة تلك الجلجلة وعذوبة صوت المؤذن.

الوصيـة الأولـى: آه أيتها النفس المتوقـة لنور الحق، كـم هي لهفتك وحاجتك لفيض الروح الصافي، لتغسـلي مكدرتها المتراكمة، وتزيحي عنها غبار الهموم والألم في زمن طغت المادة على كل نواح الحياة وتزيلي شوائب الذنوب، لتأمني الكروب، فيا سعدك إن أجبتي، ويا عذاباتك إن تجاهلت.

الوصية الثانيـة: إلى صانعة الرجال ومربية الأجيال، ومسـك الرحمة، لا تتركي فلذة الأكباد أسيرة الأوباد، اغسليها بنهر النور وفيض لا يجور، أيقضي هممها لتسعد عند لقاء خالقها، أما آن الأوان لتشعلي النور في قلوبهم وتزرعين الحب والضياء لتعانق السـماء، يا درة الدنيا وبريقها أسعدي نفسك في تربية أجيال تحمل مشاعل الحق ولا ترددي لحظة في تحقيق ذلك.

الوصية الثالثة: إلى بواعث الخير ومنار الأمم ونبراس الهدى وروض الحق وقدوة الأبناء، إلى الروح الكادحة لتحقيق العيش الهنيء لكل عائلة، إلى الشموخ والهيبة، والقامة السامقة، إلى منبع الرجولة والفحولة، إلى الأب، أما آن الأوان أن تكون علماً يهتدى به، وسراجاً يستضاء به، أيقظ الهمة في نفسك يقتدي بك أبناؤك، وازرع بذور الخير تجني ثمارها، واحرص على إثارة حب البحث عن الدور الرباني لديهم وحبب زوجتك فيك، وعاملها وجاملها ودللها وأشعرها بالسكينة والرضا، وأعنها على الخير، وخذ بيدها إلى النور الرباني.

الوصية الرابعة: إلى زينة الحياة، وقرة العين، ومنبع الحب، وسكون النفس وحصن الفضائل ومزرعة الدنيا، وبوتقة الخير، وصفاء الود، وجامعة العشق، ومسلك العفاف، اغتسلي بالنور الإلهي، واغسلي زوجك وحببيه إليه وحافظي عليه، وشوقيه فيه ومتعيه به، امسحي عنه الهموم وداويه من السقام والسموم، وركزي على فضائله وناصحيه في زلاته، بطريقة النور الحق، أعينيه على حبك، تجملي وتدللي له، واسقيه من فيض النور، وإياك والتبرج فإنه نقمة النقم وشؤم الأمم.

الوصية الخامسة: إلى رياض الدنيا ومكارم الأُمم وعنفوانها، وزهرة الخير وشهده، وقوة الشعوب وعظمتها، اسموا فوق كل رذيلة، وارتشفوا من معين النور الحق واغتنموا فرص الخير ولا تلقوا بأنفسكم في المهالك، كونوا عوناً وسنداً لوالديكم، فهم الرحمة المرتجاة والخير العميم، خذوا بأيديهم إلى منابع النور الصافي، وخصوهم بالدعاء من قلوبكم الطاهرة، نوروا طريقهم، أشعلوا طريق الحق أمامهم، امسحوا عناء السنين وضياع العمر، جالسوهم وواسوهم، ناصحوهم وبالبّر أشعروهم، لا تكدروا عليشهم وإياكم والعقوق فإنه أسوأ الأعمال وأقبحها، التمسوا النور واسعوا إليه، وغضّوا الأبصار تنالوا رضا الواحد الغفّار.

الفصل الرابع

صناعة التغيير

صناعة التغيير

تبدأ بخطوة تتبعها خطوات مرسـومة متقنة بتخطيط سليم وقناعة تامة بها من أجل الوصول إلى تفاعل يجعل التغيير هدفاً ممكناً وواقعاً ملموساً ويبنى عليه مستقبل كل من يسعى للسيطرة على أخطاءه أو انحرافه عن الجادة، ويتوق كل إنسان أن يتخطى مرحلة الخطأ والضياع إلى مرحلة الصلاح والرشاد ويتمنى الأماني ولكن لا يتأتى إلا باتباع خطوات كثيرة أهمها الإرادة والمبادرة ووضوح الغاية والهدف.

ما أحوجنا اليوم وفي كل يوم لهذه الصناعة التي تدرُّ علينا منافع عظيمة ومكاسب جمّة، لنتغلب على كل ما يصادفنا من عقبات في هذه الحياة وما أكثرها، بدءًا من توفير الاحتياجات الروحية والمادية والصراع اليومي من أجل العَيش الكريم وطرق كسب هذه اللقمة سائغة تتطلب كفاح وصبر بَيْدَ أن الصبر والمجاهدة تحتاجها النفس بنسبة أكبر للصبر على زلات الآخرين وتفادي الوقوع أيضاً في مستنقع الوهن والترهل والانحطاط، وبصناعة التغيير المتقنة نعبر هذه القفار بزاد عظيم. إن الفرق بين الإنسان الناجح وغيره ليس في نقص القوة ولا في المعرفة وإنما في إرادة التغيير وإدارة الإمكانيات واستثمار الطاقات.

صناعة التغيير تبعث في الإنسان روح جديدة تمضي به قُدُماً نحو تحقيق الاكتفاء الذاتي والعناية الخاصة بمقدراتنا وما نملك من معطيات عملاقة في

دواخلنا فقط تحتاج إلى معرفة بها، ومن ثم توظيفها في أماكنها التي تستحقها وعــدم التفريط فــي الثوابت والقيم، كذلك اســتيعاب كافة الأفــكار المتزنة وبلورتها لتتفق مع الواقع الذي نعيشــه ومستوى الطموحات المستقبلية التي نرغب فيها مع الأخذ فــي الاعتبار الأهداف العظمى للتغيير، وأهم ما يعضد هذه الصناعة الثــروة الهائلة التي نمتلكها والثورة على الأخطار التي تواجهها هذه الثروة.

ثق بقدراتك لأن الثقة بما تملك مطلب أساســي للســيطرة على المثبطات وأيضاً تعتبر حافزاً قوياً لبلوغ الأهداف فكلما كان الهدف كبيراً كانت المعوقات أكبر.

تتقدم الأُمم بالعدول عن الزلاّت والعمل المضني ودرء الكسل مع التخطيط وعدم التشــحيط فلا يأكلون ولا يشربون إلا من ضياء أياديهم ولا يستعجلون حصاداً، والفرد ليس بمعزل عن محيطه.

هل أنت مستعد للتغيير؟

من الكياســة لطالب التغيير أن يســأل نفسه هذا الســؤال، ويجيب عليه بصــدق لا بعاطفة جياشــة خاطفة تدفعــه نحو التغيير دفعــاً دون التخطيط والمثابــرة في لحظة عابرة لظرف مرّ به وتأثر به وما أن ينقشــع غيم ذلك الظــرف أو الكرب يعود إلى ســابق عهــده وفي أحيان كثيــرة يتقهقر نحو الانحدار في هاوية الضياع.

متــى ما تحققت من قدرتك علــى إجابة على هذا الســؤال المهم وعلى تحمل تبعات هذه الإجابة ولتحقيق ذلك فتّش بين جنبات ذاتك عن الأسمى

من التغيير؟ وما هي الطرق الموصلة لهدفك؟ وما هو الزاد الذي تحتاجه لإكمال مسيرتك بروح وثابة؟

تختلج في نفس كل طامح نحو التغيير مجموعة من الصور التي يأمل في تحقيقها من خلال دخوله هذه المعمعة والاستعداد الذهني يحقق له الطمأنينة ويحقق له نوعاً من الدافعية نحو مراده ومن ثم يأتي الاستعداد لتحمل أعباء التغيير التي تحتاج إلى دربة هي أيضاً لكنها تكون أقل ضراوة من الحالة الذهنية والمعنوية التي تحتاج إلى عناية خاصة.

بين الصخب وقوة المعاناة تولد قصة نجاح وبين ركود الحياة واللامبالاة بسبل العيش الكريم تولد ثقافة جديدة قوامها الطيش والزيغ والبعد عن المنهج السوي والانحراف والانجرار خلف فتن العصر والانزواء في زوايا مظلمة.

إذاً هل أنت مستعد للتغيير؟

التغيير يحتاج إلى استعداد ذهني أكثر من الاستعداد البدني حيث إن الجوانب النفسية لها أثر كبير في بلوغ طالب التغيير مراده فالجوانب الذهنية والمعنوية التي تحتاج إلى عناية خاصة، لذا كن مستعداً لتحمل تبعات الإقدام على التغيير وتحمل نتائجه وكذلك هيئ نفسك لتقبل التطوير الذي ستحصل عليه من وراء هذا التغيير ومكّن نفسك من الظفر بالخير حتى تقودها نحو سوامق المجد والرفعة وتبعدها عن الضعة والانحطاط وتنأى بها عن العيش في هامش الحياة.

تماسك:

لا تفرط كثيراً في طلب التغيير وتفوت على نفسك الكثير من المنافع من وراء هذا التغيير، وازن بين المطالب والطرق الموصلة له، فكلما دعتك نفسك للرجوع أو الركون للدعة تماسك.

من مظاهر تنامي المحبة ورسوخها السهر على خدمة الأهداف التي تساهم في تذليل العقبات بحكمة وتروي لا شطط أو تسرع وبذل قصارى الجهد في سبيل إدامة الحب ونبذ كل عوامل الفرقة والشقاق، والنجاح الحقيقي في أي أمر يتطلب شـيئاً من التضحية ليستمر العطاء، وتتدفق المصالح المشتركة من خـلال المزج بين الرغبة والواقع والمواءمة بينهما وعدم التفريط في الثوابت حتى لا يتحول الحب إلى نقمة.

تماسـك كلما دعتك نفسك للنكوص أو التوقف عن إكمال مشروعك في التغيير.

تماسك كلما جذبتك معمعة الحياة عن طلب المزيد من الاستقرار الروحي.

تماسك كلما خدعتك زخارف الحياة عن سبيل المعالي.

تماسـك كلما نازعتك نفسـك للتفضيل بين طريقين أحدهما يدعوك عن طريق فرش الأرض تحت قدميك بالسـجاد والورود وفي نهاية الطريق يرمي بك حفر كلها أشواك قد لا تستطيع أن تخرج منها وإن خرجت لا بد لك أن تتأثر بوخزاتها.

والطريـق الآخر يدعـوك أن تحذر من الوقوع في الزلـل ويؤمن لك هذا المسـلك رغم ما فيه من أشواك وحفر ويوصلك إلى بر الأمان بدون خسائر تذكر.

خاطرة: النصيحة

بالنصيحــة تحيا الأُمم حيــاة عظيمة مفعمة بالودّ والرقــي، فهي تقوّم كل إعوجــاج وتؤلّف بين القلوب وتعيــد المياه إلى مجاريهــا، وبها ينزاح غبار التخلف والانحطاط عن كواهلها، هذا على مستوى المجتمع، أما على مستوى الفرد فتحيطه النصيحة بسياج الحب والألفة وتعيده إلى جادة الحق والصواب فتذكره بأهميته ومكانته في مجتمعه.

عندما تكون النصيحة في غير محلها ووقتها قد تتحول إلى ضغائن وأحقاد، بينمــا تكون في موضعهــا وتتحقق ضوابطها وأطرهــا الصحيحة تحدث فرقاً واضح المعالم والأهداف، لتنشــأ علاقة متينة بين الناصح والمنصوح، تتوثق إذا كانت في الله ورســوله وأمراء المســلمين وعامتهم مصداقاً لقول الحبيب المصطفــى ﷺ في حديث النصيحة. عن تميم بن أوس ﷺ أن النبي ﷺ قال: **(الديــن النصيحة)** قلنا لمن يا رســول الله. قال: **(لله ولكتابه ولرســوله ولأئمة المسلمين وعامتهم)** رواه البخاري ومسلم.

ومن أروع ما قرأت عن أجمل أســاليب النصيحة التي تعتبر تجسيداً عميقاً وتطبيقاً عملياً لهذا الحديث وتعتبر منهاجاً لكل ناصح، بأسلوب بليغ لا حرج أو إحراج قصة للشيخ حمد بن عبيد السلمي رَحِمَهُ اللَّهُ عند ذهابه للحج عن طريق البحر فقابل في الباخرة رجل باكســتاني مسلم، وكان ورعاً تقياً يحفظ القرآن عن ظهر قلب، ويردده طوال الوقت، فتعرّف على أبي عبيدة ولازمه طوال فترة سفره، ولكن على الرغم من صلاح هذا الرجل كان لا يستغني عن التدخين.

فــكان كل ليلة يصعد لأعلى الباخرة لينفث دخانه فضايق ذلك أبا عبيدة لِما رأى فــي ذلك الرجل الفاضل من صلاح وتقوى، فذهب إليه في إحدى الليالي

وسأله عن دخانه الذي يدخنه أين هو؟ وظهرت علامات الاستغراب على الرجل! فطلب منه أبو عبيدة أن يحضره، ففعل الرجل وهو في حيرة من أمره، وبعد أن أحضره طلب منه أبي عبيدة أن يشعل دخانه، وأخرج الشيخ مصحفاً من جيبه، وطلب من الرجل أن يقرب منه الدخان، فسأله الرجل مستغرباً! لماذا؟ فرد عليه الشيخ: كي أبخر هذا المصحف وأطيبه به، فاستغفر الرجل من كلام الشيخ، وسأله كيف تبخر كلام الله بهذا الدخان، فرد الشيخ ذلك ليس بغريب فأنت تفعل ذلك طوال الوقت، تحضر هذا المصحف وتبخره بهذا الدخان السام المحرم، فقال الرجل كيف ذلك؟ فرد عليه الشيخ بأنك تحفظ كلام الله عن ظهر قلب في صدرك، ثم تقوم بملئه منه فتمازج به كلام الله ـ والعياذ بالله من فعلتك، فبكى الرجل واستغفر على فعلته، وقرر ألا يعود للدخان مرة أخرى.

فما أنفعها من نصيحة، تتجلى فيها أروع الدروس والعبر من قبل رجل عرف كيف يصل إلى مبتغاه بأسلوبٍ راقٍ لا تعنيف أو تحقير بل توضيح للحقائق والمخاطر، فَنِعِمَ الناصح والمنصوح. إن شجرة النصح لا تنضب ثمارها ولا تُعدم خيراتها تُؤتي أُكلها كل حين، إذا ما سقت بماء الإخلاص، وقوة الحجة والبرهان سمادها، وسلاسة القول ووضوح الهدف والغاية، منهاجها ترسم على وجه الزمن أجمل الصور وتنقش على حجر التاريخ أروع الأفكار النيرة، لذا لا تتردد في التناصح مع من حولك بحجج واهية أو خوف من عدم سماعك أو الغلظة من المنصوح، أو تسفيهك أو غيرها من الأغذار.

ثروتي:

ثروتي تكمن فيما أملك من إرادة تمكنني من إدارتها ومن قدرة على المحافظة عليها وتغيير جوانبها السلبية كلما دعت الضرورة لذلك وتجنيب

الثــروة والمخاطر المحدقة بها أمر بالغ الأهمية ويحتاج إلى اســتثمار الذات لتتمكن النفس البشرية من تأدية واجباتها على أكمل وجه، وعندما يستطيع أي إنسان من إدارة هذه الثروة الجليلة فقد حقق أجلّ المبادئ وأسمى الأهداف من ســبب وجوده في هذه الدنيا، ومخالفة الهوى أمر عظيم من ظفر به فقد ظفر بالخير كله، فشــتان بين من هانت عليه الصعاب ومن صار أســيراً لها، فالذي تأســره خطاياه وزلاته وعادته يمســي ويصبح على واقع مرير وتلبس بالباطل خطير، أينما يولي وجهه تلازمه ذنوبه وتكبر عليه أموره وأوزاره، أما من هانت عليه الصعاب فلا يخشــى الحفر ولا يأبه بما كبز منها أو صغر بســبب تمكنه من مخالفة هواه وبعد نظره في أمور دنياه وتتوقه لعيش لا كدر فيه في أخراه.

عندما أصون ثروتي أملك زمام أمري، وأمنح نفسي ما تستحق من مكانة وأرفع ذاتي عن الدنايا وأســتلهم من كل نجاح حققه غيري شعلة أستضيء بهــا في دربي، وأن هــذه العناية التي أحفل بها تحقق لــي أهدافي بمقدار التزامــي بالأســاليب والطرق وتتبــع كل ما يحيط بهذه الثــروة وإذا كانت الأخطــار تحدق بها فلن أتأخر في الثورة على كل ما يعكر صفوها أو حتى محاولة الاقتراب منها.

إن التقوقع مســلك من مســالك الهلاك ودفن للطاقات فــي مهدها، بؤرة خمول وكســاد فمتى ما تقوقع الإنسان أو تحزب لرأي مخالف للفطرة وكابر على رأيه فذلك الحمق بعينه وقد قيل أن الأحمق لا يغير رأيه أبداً.

إن التقوقع شــناعة كبيرة تســحق مقدرات الأُمم فتتراكم عليها المنغصات وتزيد من تأخرها ويعمل على تفتيتها وعدم تماســكها حيث أن كل شــخص يرى بأنه على صواب وبأنه هو الحق وما سواه باطل.

إن الإنســان الملتزم بمعاني إنسانيته في الخلوة والجلوة تكون حياته ملكاً لغيره أي ملكاً للإنســانية جمعاء ويصبح ســراجاً منيراً تقتبس منه الإنســانية ضيائها فكلما عاش الإنســان على هذه المبادئ سعد من حوله وتنعم بالخير وتقمص شخصيته من ينشد السلام، ومن يعيش في حفر الجاهلية يكون وبالاً على الإنســانية وإن لبس ثوب العفة وأفعاله تخالف أقواله، إن الإنسان الذي يستطيع أن يكبح جماح نفسه ولجمها بلجام التقوى تكتسي به حلل الصلاح والنجاح.

طائفة من الحِكَم

(سبيلك إلى النجاح هو أن تعمل بجدٍ كافٍ
وسبيلك إلى الفشل هو أن تعمل بجدٍ أكثر من المطلوب)

(ليس عاراً أن يسقط الإنسان أمام الألم
ولكن العار أن يسقط أمام الشهوات) باسكال

العربة الفارغة أكثر ضجيجاً من الممتلئة برنارد شو

الإنسان عدو ما يجهل حكمة عربية

من فقد اعتباره لم يبق شيء يفقده يوليوس لاتيني

عذِّب حسادك بالإحسان إليهم علي بن أبي طالب

الأحمق لا يغير رأيه أبداً حكمة عربية

من يغفر يغفر الله له. ومن يعفو، يعفو الله عنه — عبد الله بن مسعود

الألم مفتاح الإبداع وطريق العبقرية — وليم جيمس

ثروة الوقت:

عمر الإنسان منوط بانكسار وانحدار فكلما مرَّ عليه جزء من ثانية فقد شيئاً ثميناً من رصيده في هذه الدنيا لا يعود إليه وإن حاول أن يوقف هذا الانكسار فقد خسر مرتين وكلما استغل وقته وأداره بحرفية كسب الرهان وزاحم العظماء وعظمت في نفسه هذه الإدارة وترسخ في ذهنه طموح للظفر بكل جزئية من وقته في عمل يدوم ذكره ويخلد في سجل الخالدين، الذين لا تحطم عزائمهم الحواجز والموانع وإنما يصعدون عليها ليحققوا التغيير الذي ينشدونه ويأملونه في حياتهم أولاً وحياة الإنسانية فيما بعد.

رسالة الوقت وأهميته في حياة الإنسان عظيمة بعظم الأمانة التي تحملها يوم عرضت على السماوات والأرض والجبال فأبين حملها وأشفقن منها وحملها هو لجهله كما ذكر ﷻ في كتابه: ﴿ إِنَّا عَرَضْنَا ٱلْأَمَانَةَ عَلَى ٱلسَّمَٰوَٰتِ وَٱلْأَرْضِ وَٱلْجِبَالِ فَأَبَيْنَ أَن يَحْمِلْنَهَا وَأَشْفَقْنَ مِنْهَا وَحَمَلَهَا ٱلْإِنسَٰنُ إِنَّهُۥ كَانَ ظَلُومًا جَهُولًا ﴾ [الأحزاب: 72] . من هذا المنطلق تبرز أهمية ثروة عظيمة تدار بها هذه الأمانة ولا تستقيم إلا بها حيث الآلية أو المنهجية ألا وهي ثروة الوقت لقد فاز من عرف قيمة هذه الثروة ولا يوجد ناجح في حياته لا يعي أهمية هذه الثروة أو لم يعطها حقها من العناية والرعاية.

همـــم عالية بثت الضياء وأنارت الدروب فكم لها من أثر ترســـم لنفســـها منهجاً وهدفاً سعت لتحقيقه رغم انشغالها واشتغالها لكن كانت نفوسهم تواقة للمعالي أفنوا أعمارهم من أجل الوصول إلى مبتغاهم.

إن من يدير نفسه متحكم في وقته وينظمه لينسجم مع ما يريد وتنقاد هذه النفس على نحو يقدر معه تدارك ما فاته كلما ابتعد عن الطريق الســـوي ومع انقياد النفس ينبعث الأمان والاطمئنان بأن رســـالتها في الحياة لا تنحصر في طلـــب الملذات الآنية الفانية إلى طلب ما يدوم ولا ينقطع والذي يحتاج إلى تهيئة واستعداد وبعد ذلك تنقاد نفسه بسلاسة تامة نحو الأهداف التي خلقت من أجلها والغاية من تطبيق الاستخلاف في هذه الأرض ومن ثم العبور نحو خلودها الأبدي.

إن الانغماس في معمعة الحياة قد يُنســـي الإنسان أهدافه أو يحيد بها عن جـــادة الحق، ولكن العاقل من أدرك نفســـه وأدارها للوجهـــة التي ينبغي أن تسلكها والجاهل من أتبع نفســـه هواها ثم تمنى الأماني وتشبث بخزعبلات زائفة ويرتجي النجاة ولم يسلك مسالكها.

إن الذي يهدر وقته فيما لا طائل منه كأنه يقتطع شـــيئاً من جســـده فكلما ضاعت ثانية فقد شـــيئاً من جســـده حتى يفنى وتتبدد طاقاته فيخســـر روحه ويغرم أما إذا عرف كيف يستغل وقته سمت روحه وغنم. كيف لا وأن حياته مرتبطة بكل نبضة ينبض بها، فمعها تمضي إلى تقدم حتى تنضب، يعقبه فناء ومعها لا يجني إلا بمقدار ما كسب من نقاط أو ما يساعده على غسل روحه والعنايـــة بها من أدران التقهقـــر والتخلف ليعيد إليها بريقهـــا وألقها. إن من يعتني بنفســـه يعلـــم قيمة الوقت وأهميته وأن بعد هـــذه الحياة القصيرة حياة

طويلة وأن محصلة ما كسـب من هذا الوقت يكون خلوده ومستقره وأنه كلما فقد جزءًا منه اقترب من هذا الخلود.

ثروة الطاقة الكامنة في دواخلك

الإيمان بما تملك من قدرات وطاقات تعينك على بلوغ أسمى الغايات، وما تسعى إليه من تغيير سواءً على مستوى علاقاتك الشخصية أو الاجتماعية فهذا الرصيد الثمين مصدر إلهام وكنز كبير إن أحسنت استثماره كنت من الرابحين.

يقول الشاعر:

ومـن لا يصانع في أمـور كثيرة   يضّـرس بأنياب ويوطأ بميسـم

أنت تمتلك طاقة متوقدة فقط تحتاج إلى توجيه ومعرفة المسار الذي يجب أن تسـلكه، إننا نبدد طاقتنـا في كثير من الأحيان ونكبـت إبداعاتنا ونكون أسرى لسـلوكيات وعادات عقيمة وركض خلف أشياء لا طائل منها ونتباكى بعـد ذلك على فوات الفرص وننظر إلى الأمور بعين الحسـرة على ما فات ونترك أنفسـنا تترهل مع مرور الوقت دون أن نحرك المياه الراكدة بل نعمد إلى تأزيم أمورنا وبيدنا مفاتيح المغاليق.

عندما تتعثر خطى الهمم لدى الإنسـان يعيش حبيس التخلف والتشـرذم، لأنه لا يملك طمـوح ولا مبادئ وأهدافه تكون ضحلة ورؤيته تصبح ظلامية دامسة تحدق به الأخطار ولا يعرف كيف يتعامل معها وينساق مع التيار.

من أخطر مظاهر هدر الطاقات الفراغ الذي يعيشه شباب أي أمة لأن عواقبه وخيمة ووبال على البشـرية حيث إذا لم يسـتغل هذا الفراغ في شـيء يعود بالنفـع علـى الفرد أولاً حتماً سيسـتغل في فيما لا طائل منه بل سيسـتغله

ضعـــاف النفوس في ترويج أفكارهم المنحطة وأعمالهـــم الدنيئة التي تجتث الشباب من جذورهم وترمي بهم في الهاوية السحيقة.

أيها السراج لا تطفئ وهجك وتبدد ضياءك فيما لا طائل منه وامنح نفسك فســحة من أمل لتنير دربك ودروب الســالكين نحو الرشاد وأحسن استغلال كل طاقة منحك إياها الخالق في ســبيل هذه الرسالة العظيمة التي كلفت بها ولا تعطــل طاقتك، إنك تملك الشـــيء الكثير فلا تنغمس في متاهات الحياة وتنسى واجباتك. فتش بين جنبات نفسك فستجد ما تقدر على عمله إن كان فكرياً أو مادياً فلديك الكثير والمثير.

الطاقات المعطلة:

كم شخص بيننا يملك من الطاقات الهائلة ما تجعله يبدع في مجاله، لكنه يعمد بقصدٍ أو بدون قصد إلى تعطيلها وتبديدها أو اســتغلالها فيما لا طائل منه ويقع على عاتق الأُسرة أولاً والمجتمع ثانياً مسؤولية المحافظة على هذه الطاقات وتوجيهها في وجهتها الصائبة.

إن أغلب هذه الطاقات يســيطر عليها الوهــم والتقوقع وعدم توجيهها في وجهتها الصحيحة ويجثم عليها مارد الخوف وســلطان التردد أو لم تجد من يأخذ بيدها إلى مقاصد الخير بســبب تقوقعها على نفســها أو بعوامل بيئتها المحيطــة التي تكبت الإبداع، وبعد ذلك يســيطر عليها والتقوقع في خنادق مظلمة والابتعاد عن المنهج القويم.

إن كل إنســان لديه من الطاقات ما يســتطيع في جزء منها تحريك الجبال الرواسي ويطوع بها كل عقبة، والبناء عليها حتى يحقق طموحه ومطلبه وهناك

اختلافات في الكم والنوع بين هذه الطاقات المادية والمعنوية الفكرية والبدنية وهــذا التمايز مصدر إثراء في أي مجتمع، لكــن نرى تعطيل للطاقات وهدر للإمكانيات بســبب الغشــاوة التي يفرضها الإنســان على نفســه وعلى هذه الطاقات، فتتعطل المقاصد العليا من خلقه واستخلافه في هذه الأرض، فعلى الإنسان أن يستغل كل ما أُتي من طاقة وأن يحرث هذه الأرض ويحقق أحلامه وآماله ويزيح عن كواهل نفسه التردد والوهن.

تحريك الرواكد:

إن حياة الفرد تجمد وتكون كئيبة عندما يســيطر عليها الملل والرتابة، بَيْدَ أن حياة المســلم الحق يجب ألا تغرق في مثل هــذه الخزعبلات. حيث أن الإســلام يحثنــا على عمل الخير حتــى لو بالكلمة الطيبــة أو أقل من ذلك بابتســامة تسعد من حولك، فأعمال الخير والبّر كثيرة من أن تحصى وعظيمة من أن تســتقصى، فقط انظر إلى نفسك فستجد شيئاً تستطيع الإبداع فيه، كل مســاهمة منك في أعمال الخير وتطوعك فيها تمنحــك روحاً جديدة وراحة بال، تسهم في دفع الإيجابية في البيئة المحيطة من حولك.

عندما يستطيع المرء تحريك الرواكد التي وضع نفسه فيها فتضعضعت عن تحقيق سبب استخلافها في الأرض، ينبغي عليه إدامة الزخم، حتى لا تتراخى عــن الدفع بالنفس نحو التســابق لتغيير الواقع الذي أوهــن حاله فيها، إلى التمكن من التحكم في مســاره والعبور بها إلى فضاء العمل الذي يؤمنها من الضياع والتشتت ويقودها نحو الحياة الكريمة التي تستحقها وتتحرر من ربقة العجز والكسل.

مـا أحوج الأُمة إليـك فأنت الطاقة المتجددة لا تحـرم أمتك منها، أنت الضياء الذي يشعل قناديل الألفة والمحبة، بيدك الأمل فلا تبخل بهذا العمل، فقـوة الأمة في تكامل أدوار أفرادها، وتظافر الجهود، وتحريك الرواكد حتى لا تأسـن، ويعيد إليها حيويتها وصفائها، ويبعد عنها المكدرات والمنغصات وألا تهـدأ هذه الطاقات المتوهجة أملاً ومشـعلة نشـاطاً، ويأخذ بيدها نحو التعاضـد والتكامل حتى لا تكون لقمة صائغة فـي أيدي أصحاب المطامع الخبيثة.

قال الشاعر عبد الرحمن العشماوي:

في الناس من يحمل الأعباء محتسباً ... فنفسـه دائمـاً مخنوقـة الـذات
وفيهم المرتمي فـي حضن رغبته ... فمـا يُجيد سـوى جـرّ العباءات

حتى يتسـنى للأُمة أن تنهض يجب على كل أفراد المجتمع أن يتعاضدوا، ويأخـذ كل واحد منهم دوره حيـث أن التنوع في الأعمال ثروة عظيمة. لهذا يجب عليك أن تتعرف على قدراتك وإمكاناتك وما أكثرها.

قصة في التغيير:

التغيير يأتي من داخل الإنسـان، فيا أخي القـارئ لا تنتظر أحداً ليقوم بتغييرك أو تغيير واقعك السـيئ إلى واقع أفضل إشـراقاً، فعليك أن تبادر أنت بالتغيير ولا تنظر للمثبطات ولا تلقي لها بالاً، سأحكي لكم قصة أحد زملائي، كان يأتي زميلنا العمل والهمُّ يسـيطر عليه، ينظر إلى السنين التي قضاها في العمل وكانت تصل لأكثر من أربعة عشـر سـنة ولم يستطع أن يحقق شيئاً يسيراً من طموحاته فلا سيارة وبيت وإفلاس قبل نهاية كل شهر

وحاجة ملحة لمتطلبات الحياة له ولعائلته، وما سبب ذلك يا ترى؟ يتحدث ويسهب في الحديث عن مشاريع لا يستطيع أن يحقق جزءًا منها، تخيم على تفكيره غيوم الفشل والتذرع بالحظ، يكثر من الجلوس وحيداً، يفكر ويتفكر يسأل عن الأسباب والمسببات يستشيرنا أنا وبقية الزملاء وتأتيه الإجابة منا جميعاً، أنت السبب في ما وصلت إليه وبيدك وحدك كل الحل لا تنتظر من أحد المساعدة، بالحديث معه أن السبب هو عدم التخطيط للحياة من أول ما توظف أو بالأحرى كان يجب أن يخطط من قبل أن يتوظف، أكمل أيامه الأولى في العمل فأخذ قرضاً ربوياً من أحد البنوك، جاهلاً أو متجاهلاً أثر الربا في حياة الناس وأنه حرب من الله ورسوله فلا استقرار ولا راحة فطيلة تلك السنين من عمره قضاها في دفع ذلك الدين البئيس ولم يستطيع أن يخرج من ربقة الدين (الربا). (الألم مفتاح النجاح وطريق العبقرية).

إن أهم العوامل التي ساعدت صاحبنا على إعادة توجيه مسار حياته وتغييرها نحو طريق قويم لا اعوجاج فيه ما كان يحلم به غيره ممن غلبه الهمّ والحسرة على ما فات بعد التوكل على الله جاءت الإرادة والعزيمة من قبله بعد أن طرق جميع الأبواب وأوصدت في وجهه، فمع الخطة التي أخبرناه بها والتنفيذ المحكم من قبله استطاع أن يدفع ما تبقى من الدين وذلك من خلال الاشتراك في جمعية تعاونية بين أقرباءه وجيرانه، وبعدما سدد الدين استطاع أن يشتري سيارة والآن يبني منزلاً له ولأسرته واشترى سيارة أخرى يعمل بها في الفترة المسائية (سيارة أجرة) بعد ثلاث سنوات من تسديد دينه، بالإرادة والعزيمة استطاع بعدما كان محبطاً مع التخطيط والهدف إرضاء الله ﷻ وإخلاص النية له. فماذا ينتظر المتردد والمتشكك؟ هل ينتظر السماء أن تمطر

ذهباً أو فضة؟ هل تنتظر أحداً أن يخلصك مما وقعت فيه من سـوء تخطيط لحياتك؟ أم تتمنى الأماني! يقول شكسبير: (إن معاودة الكفاح بعد الفشل يدلُّ على معادن الرجال).

ابدأ بنفسك والتغيير سيحصل ومن حولك سيساعدونك إن أحسنت اختيار من تثق في مساعدته، سواء بكلمة أو بمال.

إن أصعب مراحـل التغيير هي الانتقال من حالة الشـك إلى حالة اليقين ويصاحـب هذه المرحلة الكثير من العقبـات التي تحول دون تحقيق أهداف التغيير العظمـى، فمتى ما كانت الأهداف سـامية ازداد حجم المعاناة حيث يتطلب الكثير من الجهد للتغلب على هذه الحالة.

يقو الشاعر:

ومـن لا يصانع في أمـور كثيرة يضّـرس بأنياب ويوطأ بميسـم

فمتى ما بدأ الشـك تضاءلت فرص النجاح، والشـك يكون سـنداً لعملية التغيير إذا كان في حدود المعقول، إذ أنه يساعد على توجيه بوصلة التغيير في بعض الأحيان.

يقول باسكال:

(ليس عاراً أن يسقط الإنسان أمام الألم ولكن العار أن يسقط أمام الشهوات).

ميثاق التغيير:

ينبع من الرغبة المشـتعلة والدوافع المتدفقة التي تعمل على رفد كل من يسعى إلى التغيير ويرغب في أن يتخلص من المخاطر التي تحدق به وتؤذيه،

والعمل على تغيير عادة سيئة واكتساب عادة حميدة يتطلب تخطيطاً واستماتة في تحقيق الأهداف، وميثاق التغيير منهج حياة وشعاع يضيء طريق التائهين ويجعل منهم قناديل تهتدي بهم الأمة كلٌ حسب موقعه، لذا يجب ألا نجعل من التغيير هدفاً في حد ذاته بل الثبات على ما تم من تغيير.

والعمل على عدم النكوص والتقهقر وذلك بعدم الغرق في أبحر الشكوك وبراثين الألم، لأن الشك يكون ظاهرة صحية في حدود المعقول لينتقل صاحب التغيير إلى برّ اليقين بروح وثابة وخطوات واثقة لا يشوبها الخوف من المصير، بل روحه الجديدة مصدر إلهام لما تبقى من حياته بالإضافة لعودته لأسباب خلافته في الأرض والغرض من وجوده عليها.

إن عملية التغيير لا تبنى على خُزعبلات زائفة لا أساس لها على أرض الواقع أو على أحلام بعيدة المنال لا تستطيع تحقيقها بل اجعل نصب عينيك هدفاً تريد تحقيقه من خلال هذه العملية حتى يسهل عليك التأقلم مع الظروف الراهنة وتطوع كل معضلة لصالحك.

إن مرحلة الإعداد للتغيير يجب أن تأخذ وقتها اللازم، لتنطلق من أرضية صلبة، لأن التعرض لأي صدمة في بداية التغيير لها نتائج عكسية قد تئد المحاولة في مهدها. التغيير ينبع من دواخل الإنسان.

ينابيع الخير لا تنتهي فمهما أُغلق منبع تفجرت منابع أفضل منها فقط اصبر وحدد طريقك الذي يجب أن تسلكه لتستقي من هذه المنابع الطيبة وتملأ روحك بالطاقة الضرورية لتمضي بك سفن التغيير وترسي في موانئ الصلاح والرشاد، لا تشتت عزائمك ولا تكثر من الأحمال الزائدة، تخلّص من كل ما تراه سلبياً وعالة عليك.

الرغبة نحو التغيير تحتم على طالبه أن يتحمل نتائجه إن أخفق أو ظفر بما يريد أن يحصله من وراء التغيير. وكل قرار هو مفتاح أمل للظفر بالتغيير وإنّ عدم اتخاذ قرار فهو خذلان للنفس.

خاطرة: قاصمة الظهر

إن البون شاسع، والفرق ساطع، والتحذير قاطع، فهل بعد هذا نأمن العقوبة ونسوف الأوبة، ونجاري التيار، ونحارب الجبار، من أنت أيها الإنسان، أما تخاف الطوفان، أم أنك مغرور مسرور، فقبلت كل رذيلة، وجانبت أفضل فضيلة، أم تدعي قلة الحيلة، فهذا هو الزيغ والضلال، وهذا أسوأ الخلال، كل من حملها ضاع تدبيره، ففسدت (أساريره).

بهذه الكلمات بدأت موضوعي ناصحاً أحد الأخوة الأعزاء على قلبي أراد أن يتعامل مع الربا ليحقق مأرب دنيوية ونسي عقوبة الله الربانية، في دنياه وأخراه، أبعد كلام الله وتحذيره وحربه على الربا نتجرأ ﴿فَأْذَنُوا۟ بِحَرْبٍ مِّنَ ٱللَّهِ وَرَسُولِهِۦ﴾ [البقرة: 279] أية ظاهرة لا تحتاج إلى تأويل أو تفسير، بينة وحجة على كل مسلم ذي عقل سليم وفطرة سليمة، انظر إلى حال كل متعامل مع الربا ستجده مستعبد يخدم سيده لا ينفك قيده، يظل يحز على قلبه ما بقي في عبوديته، فتراه يمشي ويمسي متخبطاً لا تهنأ نفسه ولا تقر عينه، ما أحلا الدريهمات، حتماً سأحقق بها الغايات.

هذا كان شعوره عند أخذها، فانطلق فرحاً طرباً، وازينت السعادة في قلبه، حتى أصبح لا يعي ما يجب أن يفعل ولا يفعل ما يعي، اضمحلت أفكاره وغابت أذهانه، فأخذ يفكر ويتفكر في دريهماته، هل ستكفي وتفي أم أزيد وأحتفي، جالت في رأسه فكرة بعدما رأى منزل جاره قد سنت أقماره وتنمق

بالحجــارة، فقال: لِمَ لا أبني مثله، خاصــة بعد إكثار والدته من الإلحاح عن زواجه وبأنها تريد رؤية أحفاده، لكنه أجّل الزواج حتى يكوّن نفسه على حد زعمه.

استعصر أفكاره وجاءت الفكرة الصائبة على مظنته القاصرة، بأن يعمل في التجــارة فلديه من يعطي ويزيد ولا يفند أو يحيد، والتجأ إليه، فقرر أن يأخذ ثلاثة أضعاف ما أخذ في الأولى، وقد سمع الكثير عن العقار كيف غلا ثمنه وثار، فاحتار واستشــار لكنه ما اســتخار، فجمع دريهماته وعزم أمره، وصار يوزعها على طول البلاد وعرضها، عســى أن ترتفع ويحقق غرضه، حتى نفذ ما في جيبه، وبدأت الآمال والأماني في مرور الوقت والثواني، فصار يســرح بفكره بعيداً، وأكثر من جلوســه وحيداً، يتلاعب بحاسبته، كم ضعف يتحصل وكم وكم حتى حفظت أصابعه أرقام الحاســبة وامتســحت الأرقام من شــدة الفرص والرهص.

وحقــق أولى مبيعاته، وتوالت الأرباح من كل حدبٍ وصوب، اشــترى واكتســى، كثرث الأسفار في مختلف البقاع والأقطار وما فكر يوماً بإرجاع المبالــغ المترتبــة عليه ليتخلص من مســالك المهالك ـ الربا ـ لســهولة الأقساط.

لقد تناســى صاحبنــا عقوبة الربا فــي دنياه قبل أخــراه، حيث يقول ﷻ: ﴿ يَمْحَقُ ٱللَّهُ ٱلرِّبَوٰاْ ﴾ [البقرة: 276] انظر إلى حال المتعاملين فيه، قلة في البركة سواء في المال أو الحال، انغماس في الحرام ووجوه عابسة مفسلة.

تهاوت ثروته المزعومة كفقاعة صابون، وصار يندب حظه بعد السقوط المفاجئ لــه ولغيره حتى رجع إلى نقطة الصفــر، وأفلس مادياً ومعنوياً،

رجع يفكر ويتفكر ما سببت هذا التغيير، وبينما كان يسير بسيارته الفارهة، وكان في حالة يرثى لها من أثر الأفكار المتراكمة، كيف سيعمل بعد أن كانت عيشته غير التي قبل، من نعمة وحبور إلى نقمة وضمور، وبينما كان يسرح بفكره حتى خرجت سيارته عن مسارها، لولا لطف الله لكان من الهالكين، انتبه في اللحظات الأخيرة وعاد إليه رشده وواصل مسيره.

أراد ألا يعود إليه ذلك المشهد المروّع مرة أخرى، فقرر فتح المذياع، وإذا بصوت أحد المحدثين يتكلم عن الربا، عواقبه وخطورته على الفرد والمجتمع، وأسهب ووعظ وفند وأفند وأتى بأمثلة عديدة من التاريخ القديم والحديث، كيف صاروا وإلى أي شيء آلوا، إفلاس حقيقي في جميع نواح الحياة ناهيك عن الآخرة، بكى صاحبنا وإغرورقت عيناه بالدموع، أوقف سيارته وخرج من السيارة مذعوراً، كأنه خارج من حريق، نعم حريق في قلبه، فارتعش وارتعد، وعاد بذاكرته إلى الوراء، قبل أن يزور موطن الشرور ويأخذ قرضه كيف كانت حياته هانئة ومطمئنة، وغدت كأنها لهيب حارق.

عاد إلى منزله وفي تلك الليلة لم يغمض له جفن فقرر أن يتوضأ وصلّى ركعتين توبة إلى ربه وأوبة وعودة إلى الطريق الصحيح، معاهداً نفسه أن يتخلص من ربقة الربا ومن استعباده متحرراً من قيوده.

أخي تلك حادثة واحدة وما أكثر الحوادث ومدلهماتها، تقيض للمرء عسى أن يستفيد منها، فلا تكن عبرة لغيرك، وكن سراجاً يستضاء.

ما هي القدرات التي تنقصك حتى تحصل التغيير؟

تمضي الحياة من طور إلى طور وفي خضم هذه المعركة اليومية وطواحين العيش التي تتطلب عملاً متسارعاً أو مواكبة التيار الجارف من الجاذبية نحو الانغماس في بوتقة هذه الحياة قد يتناسى المرء ما ينقصه من قدرات لتغيير نمط حياته نتيجة عدم المواءمة بين مطالب الروح والجسد، إن عدم معرفة القدرات التي يحتاجها الإنسان ليصل مبتغاه ترمي بت العيش وفق زوابع وتيارات لا تخمد.

ابحث في دواخل نفسك عن هذا السؤال، وأجب بتروي لا بشطط ولاحظ ما يدور حولك وتعرف على نفسك أكثر ولا تتسرع في الإجابة فكل ذرة في جسمك تدعوك للرقي وكل نفس تتنفسه يعيد إليك حيويتك وإذا استطعت أن تفطن لما ينقصك من إمكانيات لتظفر بالتغيير فذلك هو المدخل الكبير إلى فضاء الناجحين ولن تلحق بهذا الركب إلا بتتبع هذا الطريق.

فإن كانت تنقصك مهارة فتعلمها وإن كان ينقصك حسن تدبير للأمور فسابق إلى اكتشاف طرق تساعدك على الظفر بها ونَمّ لديك الثقة بما تملك من مقدرات ومقومات وما ينقصك منها لتصل إلى مرادك من التغيير بوهج لا ينطفئ.

شعار:

شعار يجب أن يرفع في كل حين بالصبر والمجاهدة تقهر الصعاب لأن النفس بطبيعتها تركن إلى الدعة والخمول، والمشقة في أي عمل تكون في أولها وبعدها تألف التغيير وتعيشه واقعاً مع مرور الوقت.

والصبر شعار المتقين والصبر سـلاح المقهورين والصبر عون المتضررين والصبر على محاولة إصلاح النفس يحتاج إلى مجاهدة ومثابرة، والدربة بلسم لها، والانتقال التدريجي إلى واقع جديد لا يأتي جزافاً أو عشـوائياً بل انتقال مرحلي حتى لا تكون له ردة فعل عنيفة.

يعتبر الصبر من أعظم الأسـلحة التي يمتلكها الإنسان ويستطيع مواجهة أعدائه بها. من يملك هذا السـلاح لا يهاب المعاضل وشـراهة المفاسد أو شراسـة المعاطل، لأنه يأمن على نفسـه تزعزعها، وقد يصبر الإنسان على القهر والاضهطاد وسـوء المعاملـة أعواماً عديدة، ولكن قلـة أولئك الذين يستطيعون الصبر على عدم الانغماس في الترف وحُب المناصب والشهوات وإغراءاتها.

تقول الحكمة: «السـعادة ليست أن تملك كل شيء وإنما أن تستطيع إفراغ كل ما يزعجك من رأسك».

هل أنت مستعد للضربات؟

إن من تتوق نفسـه لفضاء الحرية لا تُرهبه المعوقات ولا تثنيه المنغصات بل تزيده عزيمة وإصرار. من يطلب التغيير ويسـعى إليه لا بد أن يكون لديه جواباً لهذا السـؤال، ويتم من خلال التهيئة النفسـية التي يكمل بها مشواره بنفس الوهج الذي بدأ به بل يسارع إلى زيادته وألا تنكسر له شوكة عند أول صدمة يتعرض لها، حيث أن الطريق الذي سـلكه محفوفاً بالمخاطر ومحاطاً بالعقبـات التي تحاول أن تثنيه عن أهدافه، ويقيـس ذلك بمدى امتلاكه لما يرسـخ قدمه ويثبتها على مسار هذا الطريق، إن التمكين للنفس من امتصاص

كل صدمة يتعرض لها طالب التغيير يعيد إليها حيويتها وينير لها طريق الهداية ويحفظها من غوائل الغواية ويزيح عن كواهلها أحمال الخوف والتبعية وأثقال التردد التي عادة ما تنكسر عندها العزائم.

لذا ينبغي على من يرغب في التغيير نحو آفاق المجد وتحلم نفســه بالظفر بالخير العميم أن يقهر مارد التردد ويدحره ويصطفي لنفسه من الوسائل ما يعنيه ويهديه ســواء السبيل وأن يعلم أن الراحة لا تُنال بالتمني، وأنّ العمل والتدافع نحوه يعينان الإنسان على التوازن في حياته، وأن الظفر بالتغيير يتطلب تضحيات جمّة والصبــر على عوارض كل ضربة يتلقاها وأن يبني عليها ســلماً يرقى به ســوامق المجد التي لا تُنال بالتراخي والتخاذل عن أداء المهام والأعمال مهما يصيبه من نكد جراء تلك الضربات أو الصدمات التي يتعرض لها.

عندما تؤمن بما تملك من مقومات وتســتطيع أن تسخرها لأجلك وتمهد بهــا مرادك من التغيير حتماً ســيكون النصر حليفــك، إنك تملك الكثير من الطاقــات فقط تمعن جيــداً في جوانب حياتك وبين ثنايا نفســك وفتش في دواخلها ســترى الخير العميم الذي ســيضيء لك الدرب ويهديك نحو منارة الخير وبه تبدد كل خوف.

إن الإنسان السوي يعلم علم يقين أن لديه من الطاقات ما ينقل بها الجبال الرواســي وينفض عن نفسه غبار التخلف وكل العوالق التي تمنعه من تحقيق أهدافه يســتطيع قطعها وبترهــا من جذورها إذا ما أحســن إدارة تلك الطاقة وداوم على المحافظة عليها وعدم هدرها وســلك بها مســلك الفطرة السليمة التــي جُبل عليها، وكلما أمن من تضييعها أو تســخيرها في أمور غير حميدة ربــح وفاز وعندما يرمــي بها في أحضان الهوى اعتمى عن اســتبصار الحق

وسلك مسالك التيه والضياع وعاد على نفسه بالبوار وعلى أمته بالدمار بسبب مخالفة الواحد الجبّار.

إن حســن اســتغلال الطاقة الكامنة والارتقاء بها ينيــر الدرب ويذبُّ عن النفس الانغلاق والتخندق ويوسع من مدارك العقل ويوفر على النفس الجهد لتسمو إلى أفاق أرحب وتعلو إلى مراقي القمم.

تقييم عملية التغيير:

لنجــاح أي عملية تغييرية فإنها تحتاج إلى تقييم ذاتي وتقييم مســاعد عن طريق شخص أو مجموعة من الأشخاص تثق بهم، حيث إن مستويات التغيير تنقســم إلى مراحل وكل مرحلة من هذه المراحل تستغرق وقتاً لتحكم عليها إلى أي مستوى وصلت من النجاح ومن ثَمَّ نتعرف على جوانب القصور فيها وما هي الأسباب التي أدت إلى ذلك.

ومقومــات التقييم هــي الحافز والفيصل لتكملة المســيرة بهمة وخطوات واثقة. فعلى من يقوم بالتغيير أن يتعرّف على هذه المقومات حتى لا يقع في الأخطاء عند القيام بالتقييم.

أ. التقييم الذاتي: ينبع هذا التقييم من مدى إدراك الشــخص بما يريد من عملية التغيير فمتى ما كان الإدراك واضحاً كان التقييم على كل خطوة يخطوها أسهل، حيث أن الشخص يشعر بالرضى عندما يتخلص على سبيل المثال من عادة سيئة ولكن هل تمَّ استبدالها بعادة حسنة أو هل بوادر أعماله يطمئن بها قلبه بأن لا يعود إليها. فالانتقال من حالة إلى حالة مضادة لها تحتاج إلى صبر ومجاهدة وهذا التقييم مصدره القلب.

ب. التقييم المساعد: يقوم هذا التقييم على أساس مدى ثقتنا بمن نستشيره في أمورنا التي نقوم باستشارتهم في التغيير الذي أقدمنا عليه، ولهذه الاستشارة أو عملية التقييم شروط وضوابط منها:

1 ـ **الثقــة**: إن للثقــة فيمن نقوم باستشــارته لها دور كبير فــي الأخذ برأيه واستشارته ونبني عليها مستوى طموحاتنا.

2 ـ **الخبرة**: قد تواجه الإنســان بعض الصعوبات لا يستطيع أن يتجاوزها بدون مســاعدة والســبب يعود إلى عــدم معرفته بالطــرق الصحيحة لمواجهتها ويقع بدون قصد أســيراً لهذه الصعوبات فيحتاج من ينقذه فــإذا كان لا بد من ذلــك فعليه أن يلجأ إلى الخبــرة التي يثق فيها، يقــول أديسون: «إذا أردت النجــاح فاجعل المشــابرة صديقــك الحميم والخبرة مستشــــارك الحكيــم» فعندما تبدأ بعمليـــــة التغيير يكـــون ســـاعدك ومعينك لبلوغ غاياتك التي ترجوهـــا وتأملها ويكون مرآتك التي ترى مـــن خلالها كل ما يعتريك من عيـــوب فتحاول جاهداً أن تصلحها برضا تام حتى لا تقوقعك أخطاءك في شـــباك الوهن والعجز والتقهقر.

إنني على يقينٍ تامٍ ومن واقع تجربة بأن كلمَات وملاحظات من توثق في استشـــارته لها وقع كبير على ما ترغب في الحصول عليه من وراء استشـــارة وهي بمثابة البلســـم على الجرح: «ما خاب من استخار ولا ضاع من استشار» والمستشار مؤتمن وكذلك هي سلاح ذو حدّين يجب التعامل معها بحذر في بادئ الأمر عندما تختار المستشار.

التقويم:

بعد أن نقيّم كل تجربة لنا تأتي النتائج وعلى ضوئها تقرر الطريقة المناسبة لكل عملية تغيير حيث أن التقويم يكون ناجعاً وضرورياً حتى تستفيد من كل جهد بذلته ووقت سـخرته لخدمة أهدافك ومراميك لعملية التحول والحلول المناسبة لكل إعوجاج لم تصلحه أو زلة وقعت بها وهو بمثابة الترميم ويقوم التقويم بدور بارز إذا هيئت له الأرضية المناسـبة بتناسق وتنظيم وسبر أغوار كل معضلـة. وتقع على عاتق القائم بالتغيير تصويب كل انحراف عن أهداف ومرامي التغيير التي يرجوها كل إنسـان تعثرت خطاه أو سلك مسلكاً خاطئاً وأراد أن يعيد نفسه نحو جادة الرشاد والسداد.

التقويم أشـبه بعملية ترميم القلاع التاريخية التي تحتاج إلى عناية ورعاية لعودة ذلك الصرح إلى سـابق عهده إلا أن التقويـم يكون في عملية التغيير أكثر نضجاً وبه نأمن النكوص أو التقهقر حيث يسلك بنا الطريق الذي يجب أن نسلكه كلما حِدنا عنه ويعيدنا إليه ويبعث في أنفسنا روحاً جديدة.

فلسفة كلمات:

سـطور مضيئة: عندما تتعلم كيف تضبط أفكارك وتتغلب على هواك يحق لك أن تسطر اسمك في سجل العظماء الخالدين.

عقول عظيمة: من يستطيع أن يغيّر بوصلة اتجاهه ويتحكم فيها يحمل بين طياته عقل عظيم وإرادة قوية.

نبضات متدفقة: من يحمل فكرة ويستطيع من خلالها مدّ قلوب الطامحين وينتشلهم من براثن التقهقر والتخلف فنبضاته متدفقة بالصلاح.

صفحات مشـــرقة: انظر إلى الصفحات المشـــرقة من حيـــاة الأُمة وتأملها بقلبك قبل بصرك لتحصل على بصيرة تعينك على اكتساب الصلاح والفلاح وتنشر من خلالها الضياء والنور المبين وكيف أحدثوا التغيير في حياة البشرية فهم رواد الحضارة وهم صنّاعها لأن أرواحهم أشرقت وسمت بنور الله المبين.

مزاج رائع: من ينشد التغيير ويتغلب على العقبات والمثبطات الواحدة تلو الأخرى يكون مزاجه رائعاً يتقدم نحو التغيير بسرعة وبخطئ وثابة فيصل إلى مبتغاه بأريحية تامة.

نظرة خاســرة: من ينظر إلى التغيير على أنه يحدث بدون تخطيط وإرادة وتصميم ومعرفة، فنظرته خاسرة، لأن العشوائية لا يُبنى عليها نجاح أو فلاح.

بون شاســع: بين الطموح في تغيير واقع سيئ ومقومات وآليات التغيير، فقط الحاذق من يعرف كيف يستغل ما يملك من هذه المقدرات ليبني عليها بناء يصمد ولا يتزعزع بأي مؤثرات أخرى.

قلم نابض ســاطع: من ينجح في التغيير يصبح حديث القاصي والداني وقد يســتمر الحديث عنه لقرون عديدة، وعظمــاء التاريخ لا يزال الحديث عنهم حتى تقوم الساعة. والقلم هو من يروي عنهم وأعظم من أحدثوا أكبر تغيير في حياة البشــرية الرســول الكريم محمد ﷺ الذي انتقلت به البشرية مــن عبادة العبــاد إلى عبادة رب العباد وغيّر مجرى التاريخ الإنســاني فهو السراج المنير، وكذلك صحابته الكرام.

حيــاة متجددة: من يملــك تجربة ناجحة في التغيير تكــون حياته مفعمة بالنشــاط والهمة وتبعث فيه روح جديدة وحياة متجــددة تقوده إلى تجارب وخبرات أعظم منها.

عتمة قاتلة: من يســتعجل الحصاد يدخل نفسه في عتمة قاتلة أو لنخفف قليلاً من وطــأة الكلمات، فنقول ظلام دامــس، لأن التغيير يحتاج إلى صبر ومجاهدة ومثابرة لينضج ثمراً طيباً.

الســراج المنير: من يجاهد نفسه لإشــعال الضياء في العتمة القاتلة ويبدد ذلك الظلام يصبح سراجاً منيراً.

حفــر: من يتهيب الصعاب وتنثني عزائمه عند أول عقبة تصادفه ســيعيش طول حايته بين الحفر.

تيه:

تمر بالإنســان فترات تيه وتسيطر عليه رغبة عجيبة ليعرف حقيقة ما يجري له ويســتمر في بحثه علّه يجد جواباً، ويكتشف أن هذا التيه ناتج عن مزاحمة الأفكار عليه وتداخلها، وأكثر ما يضر به هو تداخل أفكاره، وســعادة الإنسان تكمن في مدى استطاعته إفراغ كل ما يزعجه من رأسه كما يقول أحد الحكماء، وهذا ليس سهلاً، بل يحتاج إلى دربة وممارسة لأن التداخل في الأفكار سببه عدم تحديــد الرؤية والأولويات لدى الإنســان مما يؤدي إلــى تراكم أفكاره وتداخلها، بالإضافة عدم معرفة الوسائل المعينة لبلوغ تلك الأهداف.

إن تداخــل الأفكار ومزاحمتها مصــدره عدم تحديد الأولويــات وترتيبها وحذف الطالح منها، وكذلك تراكم الأخطاء الســابقة مصدر إزعاج وتشــتت ودوران في حلقات مفرغة تسبب العجز والكسل والتواكل.

عندما نتمكن من معرفة مصدر التيه والشتات نستطيع التخلص منه ونجدد بذلك طاقاتنا الكامنة لنبث في أنفسنا روح العطاء والتجديد وهذا مطلب كل طامح نحو سوامق المجد.

رقابة ذاتية:

من السهولة بمكان أن ينغمس الإنسان في ملذات ومتاهات الحياة اليومية يناله منها خيرها وشـرها، وحتى لا تختلط عليه المفاهيم في خضم المعركة اليومية ولا ينسـى، أو يؤجل أهم الأعمـال المحببة إليه، وقبل كل هذا وذاك يسـأل نفسه سؤالاً محدداً: ما هو الشـيء المهم بالنسبة لي؟ وما قيمة الحياة التي أعيش ما تبقى منها؟

إن مثـل هذه الاسـتراتيجية وهذا النهج من الأسـئلة لها بالغ الأثر في تقويم كل إعوجاج وتنبه النفس عن الغفلة التي قد تصيبها، أو أي تناسـي قد يحدث لها وتثبطها عـن تحقيق أهدافها وطموحها، لذا يجب على كل إنسـان أن يسـأل نفسـه هذه الأسـئلة كل ليلة قبل أن يأوي إلى فراشـه، ويضيف عليها بعض الأسـئلة: هل ما قام بها من أعمال مطابقة لمـا يجب أن يعمل؟

وهـل وفق ما خطط له؟ وهل قام بأحب الأعمال إلى قلبه وأصلحها لدينه ودنياه على أكمل وجه؟

إن ترسـيخ مسألة المحاسـبة الذاتية في ذهن المرء ترقى به في معالي الأمور، وتصعد به في مـدارج الكمال، وتضعه في المكانة التي يجب أن يصل إليها، وتعمل هذه المحاسـبة على تفعيل المراقبة الذاتية قبل الوقوع في الزلة والخطأ، وبذلك يبتعـد عن سفاسـف الأمور وصغائـرها وترقى به إلى الرفعـة والسـمـو في سوامق المجد، إذا ما أردت الظفـر بهـذا الفـلاح إلزم هـذا الأمر يكتب لك النجاح. (حاسـبوا أنفسـكم قبل أن تحاسبوا).

وإذا خلوت بريبة في ظلمة والنفس داعية إلى العصيان
واستحِ من نظر الإلٰه وقل لها إن الذي خلق الظلام يراني

عبد الله القحطاني

الرقابة الذاتية عملية تكاملية للتغيير المنشود، وبها ترقى النفس نحو الكمال الذي يطمح إليه العاقل ويبذل لها جهده وتساهم هذه الرقابة في الحد من جماح النفس وفتورها.

الخلوة مع الذات:

عندما تزدحم علينا المشاكل وتتراكم الأعمال وتتفرع يلتبس على النفس الخير والشر ولا تستطيع أن تبعد الشر عنها بسبب هذه الجبلة. إن المفرّ من هذا كله الخلوة مع الذات بشكل يومي ولو لدقائق معلومة لتغسل النفس من الأدران الخبيثة والأفكار المعوجة، وإيجاد الحلول الناجعة لاجتثاثها إذا لم يفد معها الإصلاح؛ لأن تجديد الروح يكمن في تفريغ الشحنات السلبية، ويأتي ذلك من خلال هذه الخلوة.

إن ميزة الخلوة تكون ذات فائدة إذا استثمرناها في تصحيح الوجهة التي يجب أن نقصدها دون غيرها، تعيد للنفس الطمأنينة والسكينة بالتفكير المثمر، لذا إذا أردنا أن نحقق طموحاتنا أن نلتزم بها يومياً حتى في كثرة المشاغل واستثمار أوقات الفراغ أيضاً.

إن في الخلوة صرامة مصطنعة في أكثر الأحيان من حيث الالتزام ومحاولة الاتزان بين أداء العمل ومتطلبات الروح التي تحتاج إلى تفتح ذهن وتوقد في

العزيمة على مراجعة حالات التيه والضياع، ويتصادم ذلك مع الإزعاج وكثرة المشاغل التي تؤدي إلى خلل في التوازن وتعميق المعضلات وتشتت في الذهن وانتصار في قوالب حالة اللا إتزان مما يؤدي إلى خلط في الأمور تكون عواقبها وخيمة.

لذلك تعمد الخلوة إلى التخفيف من وقع العشوائية النفسية التي تصيب المرء نتيجة التراكمات التي تسيطر على تفكيره وتزيح عن كواهله تبعات ذلك الزحام أو التغافل عن أداء الواجبات.

ترميم:

عندما يتداعى البنيان للسقوط أو تتغير فيه بعض المعالم، وخوفاً عليه من الاندثار، فمن الضروري أن نسرع إلى إعادة ترميمه لنعيد إليه بريقه وتألقه، كذلك هي الحال مع علاقاتنا الأسرية أو مع من حولنا تكون أشد إلحاحاً لعمليات ترميم سريعة ومتقنة تعيد روح الروابط وتنسج وشائج قوية تصمد في وجه الصدمات وتقال بها العثرات وتعيد من خلالها الثقة في من حولنا، ما أحوجنا إلى الدفء الأُسري الذي يبعث الطمأنينة في الأبناء فتسمو أخلاقهم وقيمهم، ولا تقوم عملية الترميم إلا بالتعالي عن الضغائن والأحقاد وتجريد النفس من براثن الشك والريبة.

إن عملية الترميم تحتاج إلى فهم عميق بما يجب أن تكون عليه العلاقة بيننا، وما هي سبل تحقيق هذه الغاية النبيلة، حيث إن التصدعات في العلاقة مع الآخرين حتمية الوقوع ولها ما يبررها، والفهم العميق لأسرار وخبايا هذه العلاقة وطبيعة تكونها سبيل للخروج من هذه الإشكالية وطوق نجاة لنجاح

عملية الترميم لتصمد أمام كل المؤثرات، بل وتكون معول هدمٍ لجميع العوائق التي تقف أمام إنجاحها، وعوازل صلبة لحمايتها.

ما أحوجنا اليوم إلى أن نقوم بترميم علاقتنا مع أنفسنا أولاً ثم مع من حولنا، إن لتزاحم المشاغل سبَّب لنا الكثير من المتاعب وجعلنا أكثر انطواء على أنفسنا نبحث عن الربح والخسارة في العلاقات، وهذا منهج عقيم.

ثمَّة مسألة ينبغي التمسك بها وعدم التخلي عنها حيث أن الإنسان كثير بإخوانه، لذا لا ينبغي أبداً التفريط في أحدهم مهما بلغ من إساءة يجب أن نتجاوزها، فعثرات الإنسان كثيرة وزلّاته أكثر. علينا التغاضي والتسامح.

زوابع: تصيب الإنسان في فترات متفاوتة زوابع تكون سبباً في تخاذله عن اللحاق بركب الناجحين الطامحين للتغيير في حياتهم نحو الصلاح وترك الماضي والبناء عليه نحو مستقبل مشرق مفعم بالحيوية والنشاط، وهذه الزوابع إما أن يكون مصدرها البيئة المحيطة أو الشخص نفسه.

التخلص من اختلاق الأعذار:

عندما ننظر في حياة المخفقين من حولنا نرى الشيء العجاب من اختلاق الأعذار في أسباب إخفاقهم، بل يجعلون إخفاقهم شمّاعة لعدم محاولاتهم مجدداً فيلجؤون لمثل هذه الأعذار.

إن الإنسان الذي يكثر من الأعذار في عدم إقدامه على تغيير واقعه الذي يعيشه محاط بسياج الفشل، أو يدور في حلقة الفشل التي تحاول أن تنأى بنفسها عن لوم النفس وعتابها ومحاسبتها على التقصير والاعتراف بتخاذلها

ومراجعة الطرق والآلية التي ينفذ بها أعماله، والوسائل التي تعينه على القيام بمهامه وواجباته، وكيف يتبع النور الذي يدله على طريق الصلاح.

أغلق:

أغلق أبواب الماضي وافتح نوافذك للمستقبل، وارسم لنفسك أملاً تعيش عليه ما تبقى من حياتك، وأدم المعروف والإحسان حيث وفقت إليه، ولا تعش حبيس أخطائك تخلَّص منها، وصحِّح مسارك، ترفَّع عن توافه الأمور ولا تعكِّر مزاجك بها ولا تكدِّر عيشك بسببها.

اقهر مارد الخوف والبس ثياب الإقدام واترك التردد لأهله ولا تتهيّب الصعاب ولا تعلق نفسك بالأماني التي لم يلدها الغيب فربما لا تأتي، عِش اللحظة ولا تهدر وقتك فيما لا طائل منه، ماذا تنتظر لتقود دفة التغيير في حياتك؟

إن سوامق المجد تحتاج للعمل ثم العلم والدافعية نحوه مع الإخلاص والتوكل على الله ستصل إلى بر الأمان، وأن تلبس ثياب التفاؤل وتخلع عباءة التذمر عن كواهلك، وعندها ستحصد الرضا عن نفسك واقطع سين التسويف بسيف العمل، وارفع من قيمك تسمو حياتك.

أغلق باب النقد تفتح لك القلوب على مصراعيها، ولعمرك ما يؤلف القلوب مثله من دواء. واعلم أن للقلوب مفاتيح تحتاج إلى خبرة لفتحها لا ينفع معها الجلف والجفاء فهي تلين مغاليقها لمن يحسن القول والعمل.

وافتح باب النصح لنفسك أولاً ثم لمن حولك ولا تتردد في قول كلمة الحق مهما كانت حتى لو على نفسك؛ فالاعتراف بالأخطاء بداية تصحيحها

ومعالجتها تكمن في معرفة مسـببـاتها أولاً ثم تبديد الشكوك حولها ثم يأتي تقويمها على المسار الذي يجب أن تسلكه.

«الماضي مكان للمراجعة وليس مكان للإقامة»

ويلي جولي

إن النفوس التي تشـبعت بالزيغ والضلال لا تأبـه بأي خير ولا تأمل أية نجاة وتعمد إلى إبعاد كل إنســان يريد التخلص من هذا المسلك نتيجة لكبر فــي دواخلهــا؛ لأنها تعلم يقيناً أنها على ضلال لكنهــا لا تريد أن تترك هذا الوهم بل إنها تتشبث بما ألفت من ضياع ولا تريد لأحد أن ينجو من زيغها وغفلتهــا؛ بل إنها تُبرز الباطل على أنه الحق وتكابر عليه دون رأفة بمصيرها بسبب تلبسها بالكبر والعتو عما خلقت له وما هيئ لها من أسباب استخلاف هذه الأرض.

إن الانعتاق من هذا المسلك الخطير والخطب الجسيم لا تدركه إلا النفوس العالية التي تسمع وتدرك ما يدور حولها، والمآل الذي ستصل إليه إن تمادت في غيّها وكابرت في تعنتها وتشـبثها بالباطـل، وهذه النفوس تحتاج إلى ما يوقظها ويبصرها بأمرها هذا.

إن الإيمــان إذا وقر في القلب أدرك مقتضيات العمل الذي يجب عليه أن يقوم به تجاه نفســه ومجتمعه، فعندما ينتشل نفسه من مسالك الهلاك يتحتم عليــه أن ينقــذ من حوله ويعينه أمره هذا بما أبصــر من فلاح وما أغتنم من نجاح عندما وطّن روحه على الانتفاع من كل خير يوصله إلى هدفه والابتعاد عن كل شر يزحزحه عن مقصده، والإيمان بالله واليوم الآخر من أعظم أركان الإيمان حيث أن الغرائز تسكن والرغبات تهدأ وتنقاد نفسه بسلاسة والنأي بها

عـن البوائق التي تحيطه المغريات من كل جانب تكون سـلاحه في مواجهة ضراوتهـا، حيث أن هـذا الإيمان يترتب عليه معرفـة بالمصير التي تقيه من الانجرار في المفاسـد فيجتنب الاقتراب منها، وتُرسـخ هدفه في الحياة نحو سلامة الضمير وعدم الانحراف عن المسير الذي يحقق له أحسن مصير.

ما هي القرارات التي ستلتزم بها حتى تحقق النجاح؟

قرارك مصيرك:

في خضم حياتك اليومية ورغم تزاحم المشـاغل لتكون ناجحاً فيها يتحتم عليك أن تتخذ قرارات عديدة بها يكون مصيرك ومستقبلك؛ حيث أن المتردد ليـس له مكان بيـن الناجحين. وفي أحلك المواقـف وأصعبها يكون للقرار قيمته. كم من سانحة للفرص تطير وتذهب هباءً بسبب عدم القدرة على اتخاذ القرار في الوقت المناسب.

إن حُسـن إدارة الفرد لإمكانياته وما يملكه من مقومات تحتاج إلى شيء يصل به إلى مسـتوى الطموح، وهنا يخسـر الكثير من النـاس فرصاً عديدة تكون لها أثر كبير في مصير حياتهم وحياة من حولهم بسـبب عدم تمكنهم مـن اتخاذ القرار فـي وقته؛ حيث التردد يجعل منهـم متخاذلين عن أداء ما يجب عليهم فعله وفقدانهم للجراءة علـى الإقدام حيال موضوعهم فيجعلهم عرضة للخسار والبوار، ويكون الواحد منهم عالة على المجتمع وإمعة.

فكّر في القرار الذي ينبغي عليك اتخاذه في وقته دون تلكؤ حتى لا تعدم طرق يسهل عليك أن تسلكها ويجنبك ما وعر منها إذا ما استخدمت قرارات حاسمة تجاه التغيير الذي تنشده.

وصية عظيمة:

في مشهد رهيب يوصي أب أبناءه ساعة احتضاره بوصيتين قبل رحيله إلى دار الخلـود وهما: الالتزام والمحافظة على الصلاة والاهتمام بالعلم والمثابرة فـي طلبه، فما أعظمها من وصايا وما أنفعها من عطايا! وقبل أن تغادر روحه ذلك الجسـد المنهك من شدة المرض يمسك بيد أحد أبناءه وكان حينها لا يتجاوز الثالثة عشـرة سنة ويحثه بهذه الفضائل الكريمة، وبعده كرر على أكبر الأبناء العناية بإخوته الصغار، ومن ثم ردد الشهادة وفاضت روحه.

إن رحيل القدوة الحسـنة عن الأبناء لها بالغ الأثر في نفوسهم، خاصة إذا كانوا صغار السـن، كيف لا إذا ما كان الراحل شـخصاً ليـس عزيزاً عليهم وحدهم بل على القرية بأكملها.

من أجمل ما كان يقوم به ذلك الوالد في بيته بعد صلاة الفجر يقرأ القرآن بصـوت جهوري عذب في دهليز منزله أمام أبنائه، يصدح بالقرآن في جنبات المنزل، فتعم السـكينة والطمأنينة ردهاتـه، وكان لا يتوانى أيضاً في تصحيح التلاوة لأبنائه، تشرق الشـمس على ذلك المنزل ليعانق ضوءها ذلك الفيض الباهر وتشرق الوجوه بنور ربها فيشهد الشجر والحجر ذلك العناق الخالد.

كل حركة للقدوة بمثابة درس وكل سـكون فرصة للتأمل، في كل تصرف قـام به القدوة أو المقتدي، القدوة يصحح للمقتدي أخطائه ويقوّم اعوجاجه، والمقتـدي يراجع أفكاره ويسـتخلص الدروس والعبر من كل مشـهد. فما أحوجنا اليوم للقدوة الحسنة خاصة للأبناء، فكن أيها الأب خير قدوة لابنك وكن أيها الابن خير مقتد بمكارم أخلاق والدك أو ابحث عن القدوة الحسنة في حياتك.

القدوة:

في كنف العلم تهنأ الأُمم وتسعد الخلائق وبه توثق رباطها بالخالق فتأمن المزالــق، وأن الأمم التي لا تقدر ولا تبجِّل علمائها مصيرها إلى الفناء. إن العلم الشرعي لا يؤخذ من الكتب وحدها بقدر ما يؤخذ من المعلم القدوة، الذي يرســـخ ما علّمه من خلال تطبيقه، فهو السراج المنير والفيض الواسع والرمز الســـاطع، به تقر عين الأمة ولا ينفصل عراها فهو مثال لكل مســـلم غيور.

كلمات في الهمة:

كـــن عالي الهمة، ماضي العزيمة، نافذ العـــزم، ماض في الأمور، وذو باع فيها، حمّال أعباء، سبوق إلى الغايات، مضطلع بأعباء المهمات، لا يتعاظمك أمـــر، ولا يفوتك مطلب، لا يبلغ أحداً شـــأوه، تقصر دونـــه الخطى، لا تثني عزائمه، لا يفوته مجد، ترجح معه كفة الميزان.

صاحب الهمة يرقى بنفســـه وأُمته ولا تنثنـــي عزائمه، يرى ببصيرة ثاقبة لا ببصره حيث يعلم في قرارة نفسه أن المعالي لا تنال بالأماني.

ولا تكن ســـاقط الهمة، قاعد متقاعس الهمة، عاجز الرأي، واهن العزيمة، صغير الهمة، فاتر العزم، خامل الرأي، بطيء الهمة، مخلداً إلى العجز والوهن.

الفصل الخامس

مفاتيح النجاح

مفاتيح النجاح

1 ـ لوم النفس:

كلما انحدرت النفوس نحو الحفر تكون أشـد حاجة لشيء يعيدها لمسارها الصحيح، ولا يتأتى ذلك إلا بامتلاك مفتاح سـحري يسمى (لوم النفس) حيث أن هذا المفتاح يعمد إلى فحص الأخطاء ويسـاعد على عدم الاسـتمرار فيها، فيعطي بذلك الإنسـان فرصة لمعرفة الأسباب والمسـببات لكل أفعاله وأقواله التي لا تتوافق مع فطرته، فكلما كان هذا المفتاح يعمل بكل طاقته وقدرته ازداد في المقابل عمل جهاز يسمى (الضمير) حيث أن تغذية هذا الجهاز تعتمد على الوقود الذي يقوم المفتاح السحري بتزويده به. لذلك يعود للنفس بريقها وتألقها وتصفو الحياة من كدر وضيق لتتسع دوائر الصدق في القول والعمل.

حتى نتمكن من امتلاك هذا المفتاح يجب علينا أولاً أن نعي ما يلي:

أ ـ استشـعار الخطأ فور وقوعه وعدم استسـاغته حتى لا يصبح واقعاً في حياتك تكون أسيراً له فيما بعد.

ب ـ عدم الاكتراث للمثبطين.

ج ـ الابتعاد عن الأماكن التي تحرض على الوقوع في الموبقات.

د ـ الخلوة مع النفس حتى تتمكن معرفة الخلل.

هـ ـ مراقبة الأفعال والأقوال التي تصدر من قبلك.

2 ـ قوة التركيز:

يتحتم على الإنسان أن يركِّز في كل أمر يقوم وكل موضع قدم عليه أن يعلم مكانه، إذا ما أراد السلامة، وحتى لا تتعطل مسيرة التغيير أو تحيد عن أهدافها، وفي التركيز حُسن لإدارة الإمكانيات وتدبير للمصالح، وبه تدفع المفاسد؛ لأن العناية تحف كل أمر ترغب في تغييره أو تأمل في الحصول عليه.

إن قوة التركيز تعمل على توجيه المسار نحو البناء وتجميع الأفكار وصبها في قوالب تحيط بأي أمر تعمل عليه، وهذه القوة تعينك على لملمت أوراقك وترقى بك في سلم النجاح وتساعدك على بلوغ مراميك ومقاصدك من التغيير، فهي عروته الوثقى ومداره الذي يدور عليه، أينما أقبلت لطلب جزء من التغيير كان لزاماً عليك أن تركز ثم تركز، فهذه القوة الدافعة لهذه العملية ينبغي لها استعداد وتهيئة نفسية لتتحقق بعد ذلك دربة تقودك إلى التعمق نحو فهم وتفهم كل معضلة تقف حجر عثرة أمام تقدمك، وعندما تتعمق فيما ترغب من تغيير تتمكن من هذه المطالب بروح يملؤها التفاؤل وتنساق نفسك بعد ذلك نحو إدراك مراقي الكمال وبلوغ القمم.

قوة التركيز ضمانة لمدى جدية من ينشد التخلص من التخلف وتصحيح المسار نحو سوامق المجد.

ضوء:

اجعل موضوعك في دائرة الاهتمام وسلِّط الضوء عليه، فعندما يكون هذا الأمر نابع من دواخلك ستجني الخير العميم، فكلما سلَّطت الضوء وتابعت ذلك بالعمل زاد تركيزك فيه، وهذا التركيز يجعل منه شعلة متقدة لا تنطفئ

مهما هبّت عليها من رياح زعازع، ومن يمتلك التركيز امتلك مفاتيح النجاح، ويقترب من الولوج إلى عالم الطموح وتحقيق الذات بأقل مجهود من الوقت والجهد، ويبتعد بعد ذلك عن التشـتت والضياع بيـن كثرة المطالب اليومية التـي تقتل الإبداع وتثبط الهمـم، فمياه التركيز تحيـي الطموح وتجعل من المستحيل ممكناً، لأننا بالتركيز خلقنا فرصة لتحقيق الأهداف التي نرغب في تحقيقها.

ومشـتت العزمـات ينفـق عمره حيـران لا ظفـر ولا إخفـاق

3 ـ التفاؤل:

يملأ الحياة بهجة وسـروراً يصيب النفس الأنس، والتجديد يُحيي فيها ما درس من أمل، لتصدع بالخير، وتزداد منه ويزرع بذور الرضا بما سـيأتي من أمر، والتسـليم لما أعطيت، فتبني عليها مستقبلها لتغير من واقعها. إن النفس الإسانية بحاجة إلى دافع يحركها نحو الطموح دفعاً حثيثاً لتحقيق ما تريد من مستوى ترغب في الوصول إليه.

إن التفاؤل ينقذ الإنسان من التقوقع في خنادق التشاؤم والتردد التي تجثم عليه حيناً من الدهر، فليس له مناص أو مخلص إلا ترقب المستقبل باستشراف مفعم بالحيوية وقدرة علي تجاوز الحاضر الذي يعيشه إلى آفاق أرحب، وبأن هذا المسـتقبل أفضل وإن خيّمت عليه معوقات، يراها المتفائل جسـراً يعبر عليها ويراها المتشائم حُفراً عميقة لا يستطيع الخروج منها.

كل متفائـل لديـه روح مبتهجـة بالحاضر مترقبة للمسـتقبل تـرى فيه خلاصها من تخلفها ومن تبعيتها إلى القيادة، ومن تشـرذمها إلى التماسك

والإقــدام، وهذه الــروح المبتهجة تُشــيع الفرح والســرور أينمــا حلّت أو ارتحلت.

4 ـ الإكثار من الاستغفار:

عندما تمتلئ النفس بكثرة الشــواغل تزداد غفلة وتيهاً، وتســبح في أبحر الشتات والغفلة، تكثر من الســلبيات وتزيد المنغصات التي تتعدى الجوانب الجسدية وتتغلغل لتصل إلى أعماق الإنسان فتصيب حياته بالعطب وتتكدس حول قلبه وفكره دوائر من المثبطات، يفقد معها عقله التركيز ومعرفة ما يفيده أو يضره؛ بل ضياع وحســرة تلازمه بســبب بُعده عن المنهج القويم والطريق الســليم، تهدر بســببها الطاقات المتوقدة للعطاء وتعطل الإمكانيات فلا إنتاج يرتجى ولا راحة تستجدى.

إن الاســتغفار يقوم بغســل النفس من هذه الأدران، ويعطيها طاقة متوقدة تدفع بها نحو النجاح والفلاح ويهيئها للعمل بأريحية تامة، ويعمل الاستغفار علــى الابتعاد عن المواطن التــي تخبت فيها الطاقة الروحيــة، فهو الحصن الحصين والسياج المنيع، كُل من واظب عليها فاز وظفر ومن تركه فقد صفات الروح ومن تعكر عليه هذا الصفاء ماذا سيجد؟

الروح المبتهجة

الروح التي تبتهج عندما تشــرق شــمس التغيير لتعيــد إليها بريقها، روح طامحة تود التخلص من ربقة التخلف نحو سماء الحرية، والإشراقة الروحانية لها في القلب صدىً كبير حيث تغسله من كل حقد على نفسه أو غيره فيضخ

القلب دماء التغيير إلى سـائر الأعضاء، عندها تكون النفس البشرية قد لبست ثوب الفطرة السـليمة واكتسـت حلّة جديدة، وهذه الإشـراقة لها في النفس تمكين لا يناله إلا من سعى نحو التغيير ولا يدرك كنهه كسلان يتمنى الأماني دون فعل يحدثه أو عمل يلتزم به.

الروح المبتهجة يحق لها أن تسـتنير وتنير بما تملك من شمولية يحتاجها كل راغب في التغيير ويسعى نحوه سعياً حثيثاً لأنها بيت خبرة.

الروح المبتهجة تعمل بصمت لتجني ابتهاجها في صخب، الروح المبتهجة لاحظت ثم خططت وتوكلت علـى ربها ثم نفذت، وبعد ذلك راقبت عملها بمـا يجب أن تقوم دون تلكؤ أو كلل أو ملل حيث أن أهدافها كبيرة، الروح المبتهجة طموحة وطموحها لا يحده شـيء ولا يعيقه عائق، لذا أخي القارئ أرجو لك الاستفادة والإفادة من هذا الكتاب، وما توفيقي إلا الله.

قائمة المراجع والمصادر

- أ. د. عبد الكريم بكار، **العيش في الزمن الصعب**، 2008 م، دار القلم ـ دمشق.
- أ. د. عبد الكريم بكار، قطار التقدم، 2008م، دار القلم ـ دمشق.
- د. سعاد جبر سـعيد، **سيكيولوجية التفكير والوعي بالذات**، 2008م، عالم الكتب الحديث ـ الأردن.
- الشيخ العلّامة أبو عبيد حمد بن عبيد السليمي، **بهجة الجنان في وصف الجنان**، تحقيق: انتصار بنت محفوظ السليمية.
- مصطفى صادق الرافعي، **تاريخ آداب العرب**، 2005م، دار الكتاب العربي ـ بيروت.
- نيجل ريزير، **شيفرة التأثير**، 1429هـ مكتبة العبيكان ـ الرياض.
- حفيظ بن عيسى الراجحي، كلام من ذهب، 2009م، مسقط.
- سـماحة الشيخ أحمد بن حمد الخليلي محاضرة بعنوان **مسؤولية الشباب في ظل التحديات المعاصرة**، 28 صفر 1435هـ الموافق 31 ديسمبر 2013م، جامع تيمور.

انتهيـتُ مـن هـذا الكتـاب بحمـد الله وتوفيقه في مسـاء الخميس 20 ربيع الثاني 1435هـ الموافق 20 فبراير 2013م.

علي بن صالح المنجي

قرية: قفيفة/ ولاية إبراء

الفهرس

الفصل الأول: ثورة التغيير

الفصل الثاني: طرق التغيير المثلى

الفصل الثالث: معوقات التغيير

الفصل الرابع: صناعة التغيير

الفصل الخامس: مفاتيح النجاح